

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Факультет фізичного виховання та спорту
Кафедра теорії та методики фізичного виховання**

**ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ
ДИСТАНЦІЙНОГО ВИКЛАДАННЯ УРОКІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
УЧНЯМ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ**

Кваліфікаційна робота

на здобуття ступеня вищої освіти «магістр»

Виконав: студент II курсу
14-211М групи

Спеціальності 014 Середня освіта
(Фізична культура)

Освітньо-професійної програми
«Середня освіта (фізична культура)»

Курман Микола Іванович

Науковий керівник: канд.пед.наук,
доцентка **Кольцова О.С.**

Рецензент: методист Херсонського
фахового спортивного коледжу
Черняк А.С.

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. Теоретичні основи організації дистанційного навчання	6
1.1. Історичні аспекти виникнення відкритої освіти.....	6
1.2. Дистанційна освіта в Україні.....	9
1.3. Особливості організації дистанційного навчання в закладах освіти.....	13
1.4. Веб-квест як технологія дистанційного навчання в закладах загальної середньої освіти.....	17
Висновки до розділу 1.....	30
РОЗДІЛ 2. Організація та методи дослідження	31
2.1. Характеристика методів дослідження.....	31
2.2. Організація дослідження та контингент.....	33
РОЗДІЛ 3. Підходи до використання технологій дистанційного навчання в освітньому процесі учнів середнього шкільного віку	35
3.1. Використання веб-квестів у формуванні фізкультурно-оздоровчих знань школярів.....	35
Висновки до розділу 3.....	43
ВИСНОВКИ	44
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	46
ДОДАТКИ	51
Додаток А.....	52
Додаток Б.....	55

ВСТУП

Актуальність. Навколишній світ постійно змінюється під впливом багатьох факторів та подій, як позитивних так й негативних. Усі ці зміни впливають на життєві погляди людей, на умови їх життя, що в свою чергу обумовлює необхідність постійного оновлення змісту освіти.

Не зважаючи ні на що, освіта має відображати основні знання та цінності, бути гнучкою та випереджаючою. Однією з форм освітнього процесу, яка стрімко розвивається в наслідок інформатизації суспільства та активного впровадження інтернет-технологій у всі сфери життя людини є дистанційне навчання [15].

Дослідники (С. Батишев, О. Кірсанов, О. Пехота, І. Харламов та ін.) наголошують, що дистанційне навчання є одним з найбільш перспективних та орієнтованим на формування індивідуальної освітньої траєкторії здобувачів освіти.

Дистанційна освіта є, певним чином, новий підхід до організації освітнього процесу, який поєднує в собі як традиційні так й новітні інтерактивні методи навчання й базується на принципах доступності та самостійності (самоосвіти) [11, 17, 25].

Позитивною рисою дистанційного навчання є його орієнтація та доступність для різних верств населення незалежно від місця проживання, стану здоров'я тощо [33].

Світова пандемія Covid-19 внесла свої корективи в організацію освітнього процесу усіх закладів освіти різних рівнів. Міністерство освіти і науки України розробило рекомендації щодо організації дистанційного навчання в закладах загальної середньої освіти, згідно яких використовувати дану технологію можна при будь-якій формі навчання, у тому числі під час карантинних обмежень [30]. Відповідно до цього, елементи дистанційного

навчання стають складовою традиційної форми із застосуванням інтерактивних технологій.

Отже, серед переваг використання дистанційного навчання виокремлюють гнучкість, економічність, доступність, інтерактивність та ін.

Однак не зважаючи на все вище зазначене наявна необхідність дослідження можливостей використання дистанційного навчання під час викладання фізичної культури в закладах загальної середньої освіти. Актуальність даного дослідження обумовлена необхідністю формування необхідних знань та вмінь школярів щодо ведення здорового способу життя, дотримання норм рухової активності, особливо під час карантинних обмежень [8, 19].

Дослідження передбачене метою та завданнями кваліфікаційної роботи проводилось в контексті теми кафедри теорії та методики фізичного виховання «Соціально-педагогічні та медико-біологічні основи фізкультурно-оздоровчої роботи різних груп населення»

Об’єкт – освітній процес в закладах загальної середньої освіти.

Предмет – форми та методи дистанційного викладання фізичної культури учням середніх класів.

Мета – проаналізувати засоби та методи дистанційного навчання з фізичної культури та їх вплив на формування фізкультурно-оздоровчих знань школярів середніх класів.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати сутність та значення дистанційного навчання.
2. Охарактеризувати веб-квест, як організаційно-методичний підхід до використання технологій дистанційного навчання в освітньому процесі учнів середнього шкільного віку.
3. Визначити вплив веб-квестів на формування фізкультурно-оздоровчих знань та інтересу школярів.

В ході написання кваліфікаційної роботи нами використовувались наступні **методи**:

1. Аналіз науково-методичних джерел з теми дослідження.
2. Методи педагогічного дослідження (опитування, анкетування).
3. Методи математичної статистики.

Теоретична та практична значимість роботи полягає в розкритті організаційно-методичних особливостей організації дистанційного навчання з фізичної культури для учнів середнього шкільного віку.

Результати кваліфікаційної роботи можуть бути використані в процесі викладання фізичної культури в умовах карантинних обмежень та при викладанні інваріативного модулю програми як додатковий компонент формування теоретичних знань школярів.

Наукова новизна роботи полягає в розробці та перевірці ефективності використання веб-квестів в освітньому процесі закладів загальної середньої освіти при формуванні фізкультурно-оздоровчих знань школярів, які є базисом здоров'язберезувальних компетентностей особистості.

Апробація дослідження. За результатами дослідження надруковано статтю [24] в збірці тез доповідей V Міжнародної науково-практичної конференції «Фізична активність і якість життя людини» (8-10 черв. 2021 р., м. Луцьк).

Структура та обсяг кваліфікаційної роботи. Робота складається з вступу, трьох розділів, списку використаних джерел та додатків. Обсяг основного тексту складає 45 сторінок друкованого тексту. Список використаних джерел налічує 43 найменування.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ОРГАНІЗАЦІЇ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ

1.1. Історичні аспекти виникнення відкритої освіти

В історичному контексті поява різноманітних форм та змісту освітнього процесу на світовій арені розпочалась ще на початку 70-х рр. ХХ століття. Однією з таких форм стала дистанційна, тобто відкрита, освіта.

Першим університетом, що запровадив в свою роботу складові відкритої освіти був відкритий університет Великобританії. Даний університет був заснований ще в 1969 році Указом Королеви Великобританії. За своєю сутністю він є незалежним та є рівним усім іншим закладам освіти. Основною метою існування даного університету є надання можливості отримання освіти усім бажаючим. Важливого значення при цьому набував факт отримання освіти в будь-якому місці та в будь-який час.

В освітньому процесі даного університету широко використовуються різноманітні методи навчання. Серед основних методів відокремлюють письмові роботи, наявність бібліотеки матеріалів (письмових, відео та аудіо), онлайн-заняття та конференції, підтримка координатора. Поряд з цим періодично проводяться різноманітні семінари та виїзні заняття [3].

На сучасному етапі Відкритий університет посідає провідне місце в дистанційному навчанні та поширенні освітніх послуг не тільки у Великобританії, а й усьому світі. За статистикою, в більш ніж 400 навчальних центрах відкритого університету навчається понад 150 тисяч людей.

Хотілося б зазначити, що в історичному контексті наявність даних університетів не відігравала дуже значну роль через складну організацію

процесу та необхідність постійної підготовки та організації координаторів-тьюторів. Однак на сучасному етапі через значну інформатизацію життя, наявність соціальних мереж, вільного доступу до інтернет-ресурсів створились умови щодо якісного розвитку онлайн-курсів, їх масштабування.

Ще одним напрямком реалізації дистанційного навчання є проєкт Массачусетського інституту, який полягає у організації вільного доступу до освітніх курсів інституту. Даний проєкт був запроваджений радою інституту та активно підтриманий громадськістю. Проєкт був нагороджений багатьма відзнаками та преміями і став прикладом для багатьох університетів світу.

Хотілося б зазначити, що реалізація даного проєкту вимагає значного вкладу коштів. Усі витрати обумовлені необхідністю роботи значної команди фахівців, які допомагають викладачам та зменшують їх навантаження. Основне завдання команди полягає в такій організації роботи, щоб публікація курсу не вимагала від викладача більше 5 годин. До основних видів роботи фахівців команди відносяться оцифрування текстів, перевірка запозичень, отримання дозволу на використання рисунків чи даних інших авторів, створення альтернативних ілюстрацій тощо [3, 18].

З кожним викладачем укладається угода щодо поширення матеріалів, однак авторські права залишаються у викладача.

Масачусетський університет спільно з іншими університетами (Осакський університет, Каліфорнійський університет, Токійський університет, університет Мічигану, Університет штату Арізона, Університет Юти та інші) в 2005 році заснував консорціум (OpenCourseWare Consortium).

Основною метою консорціума є впровадження відкритих освітніх матеріалів на світовому рівні.

Окрім інститутів та університетів в світовій практиці є досвід створення відкритого освітнього простору. Прикладом цього є Khan Academy. Даний простір був заснований у 2006 р. Салманом Ханом та має

на меті надання можливості отримання якісної освіти усюди й кожному. Даний освітній простір надає доступ до матеріалів за різними напрямками. Основні матеріали наведені англійською, однак частина перекладена іншими мовами [3, 36].

Ще одним популярним освітнім проектом є iTunesU, який полягає у систематизації безкоштовних освітніх матеріалів, в тому числі різноманітних лекцій, відео, підручників та інше. Даний електронний каталог набув значної популярності та почав використовуватися в роботі провідних університетів світу (Оксфорд, Стенфорд, Йель та ін.). окрім університетів даний каталог використовується в музеях та бібліотеках світу [38].

Отже, основними ознаками відкритої освіти є:

- відкритість, формування індивідуальної освітньої траєкторії;
- відсутність термінів, вільне обрання часу та темпу навчання;
- географічна свобода;
- реалізація принципу «освіта крізь життя» [34].

До основних пріоритетних напрямів формування відкритої освіти відносять:

- застосування новітніх засобів, методів та підходів із застосуванням інформаційних технологій та інтернет-ресурсів;
- врахування вимог та інформатизації суспільства;
- доступність, свобода вибору, що забезпечує можливості для реалізації освітнього процесу та самоосвіти;
- забезпечення креативності та різноманітності підходів [28].

Отже, відкрита дистанційна освіта є доступною, зручною та більш економічною, ніж традиційна, що забезпечується економністю у застосуванні приміщень та ресурсів, доступністю роботи з освітніми матеріалами та полегшенню доступу до них.

1.2. Дистанційна освіта в Україні

Реалії сьогодення зумовили зміни у підходах до освітнього процесу та обумовили перехід від очної форми навчання до форм заснованих на комп'ютерних технологіях. Звісно, розвиток даної форми навчання потребує розвиненої мережі Інтернет, яка забезпечує можливості спілкування, передачі інформації, збереження даних та інше. Все це сприяє підвищенню ефективності освітнього процесу та надає можливості охоплювати більшу кількість учасників освітнього процесу одночасно.

Загалом, зараз у закладах освіти будь-якого рівня реалізується концепція дистанційного навчання, хоча, в більшій мірі, вона проявляється як змішана форма.

Стрімкий розвиток відкритої освіти в Україні й в світі призвів до того, що не має єдиного визначення поняття «дистанційне навчання» й «дистанційна освіта».

За своєю концепцією дистанційна освіта – це така форма навчання, яка є рівноцінною з іншими формами та реалізується за допомогою різноманітних комп'ютерних технологій. Саме тому деякі науковці характеризують дистанційну освіту як «теленавчання», в якій важливу роль відіграють телекомунікації [39].

Теленавчання є одним з підходів до дистанційного навчання, який був реалізований й в Україні. Під час карантинних обмежень в Україні стартував проєкт «Всеукраїнська школа онлайн» для учнів 5-11 класів. В рамках цього проєкту на різноманітних телеканалах за окремим розкладом транслювались уроки для учнів середнього та старшого шкільного віку. Реалізаторами даного проєкту стали 40 вчителів міста Києва, які викладали 11 предметів: англійська мова; всесвітня історія; геометрія; алгебра; географія; історія України; хімія; українська мова; українська література; біологія, фізика.

Записи уроків транслювались на 11 телеканалах України: “ПлюсПлюс”, “112 Україна” (5 клас); NewsOne, “Піксель” (6 клас); ZIK (7 клас); “УНІАН ТБ”, “Індіго” (8 клас); “Рада”, “UA: Культура” (9 клас); “UA: Перший” (10 клас); М1 (11 клас). Також записи уроків можна було додатково передивитись на YouTube каналі. Розклад занять був включений в телепрограму та передбачав трансляцію уроків кожного дня.

Виходячи з тенденції розвитку дистанційного навчання в світі, виникло дуже багато підходів до її визначення:

1. Організація освітнього процесу в спеціально створеному освітньому просторі з використанням інформаційних технологій.

2. Особистісно-орієнтований процес формування знань, вмінь та навичок людини, яке відбувається при взаємодії віддалених учасників освітнього процесу за допомогою інформаційних та психолого-педагогічних технологій технологій.

3. Система реалізації освітнього процесу з його підтвердженням [3, 11, 16].

Більш поширеним визначенням визначенням дистанційного навчання є «форма організації освітнього процесу в закладах освіти, яка передбачає можливість отримання певного документу про його проходження» [3].

Технології дистанційної освіти передбачають наявність «комплексу освітніх технологій, що сприяють реалізації процесу дистанційного навчання у закладах освіти» [11].

Як вже зазначалось, основу дистанційного навчання складають інформаційні технології – «технології створення освітніх матеріалів та забезпечення доступу до них через веб-ресурси, супровід освітнього процесу через спеціальне програмне забезпечення та інтернет-ресурси» [35].

Важливого значення в організації дистанційного навчання набуває врахування та використання основних аспектів психолого-педагогічних

технологій – «певна система засобів та методів, алгоритм використання яких забезпечує реалізацію завдань навчання та виховання в процесі розвитку особистості» [5].

Дистанційне навчання в Україні засноване на принципах відкритого навчання з використанням комп'ютерних освітніх програм та телекомунікацій. В таблиці 1.1. наведені основні риси дистанційного навчання [3, 11, 15].

Таблиця 1.1.

Характерні риси дистанційного навчання

№	Ознака	Сутність
1	Гнучкість	Навчання у зручному місці та часі.
2	Модульність	Наявність модульного принципу. Кожен окремих курс створює уявлення про певну предметну область. Цей підхід дозволяє з різних модулів сформувати програму, що відповідає індивідуальним освітнім потребам.
3	Паралельність	Можливість здійснювати навчання паралельно з професійною діяльністю.
4	Велика аудиторія	Велика кількість учнів. Можливість одночасного спілкування за допомогою інформаційних технологій.
5	Економічність	Ефективне використання ресурсів, навчальних аудиторій, зниження загальних витрат.
6	Технологічність	Використання новітніх підходів. Входження у світовий інформаційний простір.
7	Соціальна рівність	Можливості отримання освіти для кожного.
8	Інтернаціональність	Можливість отримання освіти в закладах іноземних держав не виїжджаючи з країни.
9	Нова роль викладача	Наставник-консультант. Координація освітнього процесу. Підвищення творчої активності та кваліфікації.
10	Позитивний вплив на слухачів	Розвиток особистості, її самоорганізації, дисциплінованості, відповідальності, інтелектуальної сфери.
11	Якість	Сучасне методичне обладнання, постійно оновлювані освітні програми, контроль відповідно до вимог освітніх стандартів.

Розглянемо основні переваги дистанційного навчання:

- постійна підтримка від викладача;

- навчання з дому (особливо, якщо дитина відсутня по хворобі чи під час карантину);
- індивідуальна освітня траєкторія та спрямованість навчання;
- структурований матеріал в електронному вигляді;
- контрольні заходи можуть здійснюватися в очній формі навчання;
- розвиток самостійності, організованості, професіоналізму, навичок комунікації та ін.
- зекономлений час на уроці.
- врахування психологічних особливостей дитини.
- наочність
- можливість отримати чи покращити оцінку з фізичної культури за допомогою використання теоретичного матеріалу та ін. [15].

Враховуючи вище означене, головним завданням дистанційного навчання при роботі з дітьми виступає необхідність навчання працювати зі значними обсягами інформації, аналізувати факти, синтезувати та узагальнювати.

В процесі обрання моделі дистанційної освіти рекомендовано враховувати наступні складові:

1. Технологічний.
2. Педагогічний.
3. Організаційний [3, 15].

Перша складова обумовлює спектр використання інформаційних технологій, які використовуються для розробки та підтримки освітніх курсів та процесу навчання.

Педагогічна складова обумовлює вибір засобів та методів навчання.

Організаційна складова характеризує особливість організаційної структури.

Серед основних використовуваних форм дистанційного навчання в закладах загальної середньої освіти в Україні використовуються наступні:

1. Індивідуальне дистанційне навчання, коли учень навчається індивідуально дистанційно за певною методикою.

2. Дистанційне навчання з вчителем-координатором - вчитель з предмету є вчителем-координатором та виконує функції консультанта (пояснює учням особливості вивчення дистанційного курсу та незрозумілі моменти під час вивчення).

3. Дистанційно-очна форма - учні вивчають предмет очно в закладі загальної середньої освіти та мають можливість додатково вивчати його дистанційно. Координатором виступає шкільний вчитель або викладач іншого закладу освіти. Вивчені матеріали з даної дистанційної форми можуть використовуватись та залучатись до очного освітнього процесу [15, 30, 37].

Наявність різних форм дистанційного навчання забезпечує безліч можливостей для отримання освіти та реалізації особистісно-орієнтованого підходу.

1.3. Особливості організації дистанційного навчання в закладах освіти

Особливістю дистанційної (інформатизованої) освіти є взаємодія учня з певним електронним ресурсом. При цьому важливого значення набуває саме рівень інтерактивності, тобто рівень активності користувача електронного ресурсу.

В цьому контексті освітній процес поєднує в собі взаємодію вчителя, учнів та певного освітнього контенту, що формує певне освітнє середовище.

Основними проявами даного процесу є пізнавальна, педагогічна і соціальна складові. Особливого значення для отримання певної інформації, спілкування в умовах дистанційного навчання відіграє саме соціальна складова.

Окрім інтерактивності учнів важливого значення також відіграє активна участь вчителя у формуванні дистанційного освітнього простору. Ефективність навчання залежить від раціонально сформованого курсу (електронного ресурсу), моделювання реальних умов освітнього процесу, використання різних видів комунікації, створення ефекту постійної присутності та підтримка позитивного мікроклімату [3].

Ознакою раціонально організованого електронного ресурсу є наявність умов для взаємодії між усіма її учасниками. Ефект постійної присутності вчителя забезпечується:

- використанням онлайн-сервісів для одночасного спільного навчання;
- формулюванням завдань, що забезпечують активну взаємодію та взаємну перевірку робіт;
- обговоренням дій;
- розробкою спільних групових завдань [32].

Провідними фахівцями [31, 32, 38] сформовані певні вимоги до електронних ресурсів. Дані вимоги стосуються переважно змісту курсу, що забезпечує ефективну взаємодію. Це можливо завдяки наявності можливості самопрезентації, обговорення основних питань, проблем та очікувань. Навіть незначні повідомлення з наявністю можливості коментування сприяють вирішенню проблеми спілкування, розширюють можливості обговорення. Однак при цьому постійно необхідно слідкувати за мережевим етикетом, попереджати кібер-булінг.

Як вже зазначалось, одним з елементів роботи є взаємоперевірка: перевірка, рецензування, коментування, оцінювання. В даному контексті важливе значення відіграють саме критерії оцінювання, що забезпечать прозорість та достовірність результатів [3].

На думку багатьох дослідників найбільш доступним для використання в закладах загальної середньої освіти є Google Classroom – «безкоштовний онлайн-сервіс, який був створений компанією Google для закладів освіти з метою створення, поширення і класифікації завдань безпаперовим шляхом» [13, 27].

Ефективність дистанційного навчання підвищується завдяки використанню групових проєктів. При розробці проєктів учні можуть формувати глосарії, розробляти підходи до його реалізації [32].

При реалізації курсів активно використовуються інші сервіси Google: Google Docs, календар, електронна пошта, що сприяє обговоренню та покращенню взаємодії. Використання даного програмного забезпечення є встановлення зворотного зв'язку та оцінка досягнень учнів.

Тобто сервіси Google при використанні в закладах освіти надають одночасно площадку для розміщення матеріалів та можливості для спілкування учасників освітнього процесу, що сприяє ефективності реалізації освітнього процесу [16].

Ще однією важливою складовою підвищення ефективності освітнього процесу є контроль, в тому числі онлайн-тестування, яке потребує наповнення навчання новітніми засобами інформаційних технологій.

Об'єктивне оцінювання якості знань сприяє стимулюванню учнів, що обумовлює необхідність удосконалення підходів до методів контролю та розгляду можливостей використання новітніх цікавіших засобів [3, 23].

Учні можуть як самостійно розв'язувати поставлені завдання, виконуючи індивідуальну роботу, так й проходити онлайн-тестування (електронні тести), що сприяє активізації пізнавальної діяльності учнів.

Ще однією перевагою онлайн-тестування порівняно з традиційною формою навчання є можливість перевірки рівня знань усіх учнів, а не вибірково. Онлайн-тестування надає можливість здійснити незалежні об'єктивну оцінку знань учнів як теоретичних та к й практичних.

Однак така система контролю потребує наявності сучасного технічного забезпечення.

Загалом, за своєю сутність онлайн-контроль це метод, який дозволяє перевірити рівень засвоєння знань з матеріалу предмету та скорегувати освітній процес із забезпеченням індивідуальної освітньої траєкторії [23].

Тобто, контроль сприяє управлінню процесом навчання, є його складовою й за допомогою тестування дозволяє встановити чи опанував учень матеріалом курсу.

Для вчителів використання онлайн-тестування має певні переваги:

- перевірка знань всіх учнів одночасно;
- оперативність;
- економія часу;
- реалізація індивідуального підходу в роботі з учнями.

Однак, зазначимо, що електронне тестування має також певні недоліки:

- практично відсутність мовного контакту з вчителем;
- стандартизований підхід;
- витрата часу на розробку комплексних тестів та оформлення електронного ресурсу [3, 23, 34].

Ефективність даного методу полягає в оцінці учня за кількістю правильних відповідей, на основі яких можна здійснювати моніторинг знань

як окремого учня так й класу в цілому. Отримані дані можна використовувати для корегування самостійної роботи школярів.

Досвід використання електронних тестів в закладах загальної середньої освіти дозволяє здобувачам отримати навички, які їм знадобляться у майбутньому, а саме при подальшому навчанні в закладах вищої освіти, особливо при вступі в університет за кордон, де перевірка знань відбувається переважно з використанням електронного тестування [34].

Отже, дистанційне навчання сприяє впровадженню новітніх інтерактивних технологій в освітній процес, що полегшує викладання теоретичного матеріалу та контроль за його засвоєнням, а також формуванню в учнів позитивного ставлення до навчання

1.4. Веб-квест як технологія дистанційного навчання в закладах загальної середньої освіти

Епідемічна ситуація COVID-19 внесла певні корективи в організацію освітнього процесу закладів освіти. Карантинні обмеження призвели до дистанційного викладання усіх навчальних дисциплін, в тому числі й фізичної культури.

Дана проблема викликала певні труднощі у вчителів фізичної культури, бо викладання дисципліни потребує наявності певних умов, інвентарю та дотримання правил техніки безпеки.

В умовах карантинних обмежень вчителі почали пошук нових підходів до викладання фізичної культури, яке потребувало окремого планування освітнього процесу [10]. Основними ознаками дистанційного викладання фізичної культури є:

- гнучкість;
- адаптація змісту під реалії;

- експериментальна складова;
- творчість та креативність [15, 20, 27].

Реалізація освітнього процесу з дисципліни фізична культура здійснюється за допомогою сучасних онлайн-ресурсів:

1. Google Classroom – онлайн платформа, що сприяє накопиченню матеріалу, надає можливість проводити контроль знань (тестування, вікторини), наявна можливість зворотного зв'язку та коментарів.

2. Месенджери (Viber, Telegram, Instagram, Facebook та інше) – дані програми сприяють активному спілкуванню з учнями як індивідуально, так й в групах, що забезпечує реалізацію індивідуального та групового підходу. Дані месенджери можна активно використовувати для поширення інформації чи проведення консультацій.

3. YouTube – онлайн-платформу для розміщення відео-контенту. Дану платформу можна використовувати для розміщення онлайн-уроків, практичних завдань, рекомендацій щодо самостійних занять фізичними вправами. З іншого боку, учні можуть використовувати означену платформу для відеозаписів виконання домашніх завдань з фізичної культури.

4. Google Drive – платформа, на яку можна викладати будь-який текстовий та відео-контент, поширюючи його через посилання. Тобто, якщо дитина за якихось умов соромиться викладати свої нароби на загал, то вона може зробити це через означену платформу, надавши доступ лише вчителю.

5. Відеочати (Skype, Zoom та Google meet) – активно використовуються для проведення онлайн-уроків з будь-яких дисциплін, в тому числі й з фізичної культури. При цьому структура онлайн-уроку збігається з традиційним та складається з трьох частин: підготовчої, основної та заключної [[6, 27, 34]].

Обов'язковою складовою дистанційного навчання з предмету фізична культура є теоретичний модуль та загальна фізична підготовка. Це

обумовлено складністю викладання варіативних модулів в домашніх умовах. Саме тому особливого значення набувають домашні завдання та підходи до оцінювання.

Одним з важливих критеріїв ефективності уроку є інтерес та активність учнів. При оцінювання учнів необхідно також враховувати його активність на онлайн-уроках, активність в чатах та в ефірі.

Задля цього необхідно використовувати:

- інтерактивні завдання - веб-квести, флеш-карти, квізи, кросворди (при чому учні можуть як вирішувати їх так й складати);

- фізичні завдання – певний комплекс фізичних вправ як для уроку так й для самостійного виконання, руханки та інше.

- теоретичні завдання – певні запитання, які потребують відповіді, розв'язання завдань й навіть розробка проєктів з фізичної культури та основ здорового способу життя як індивідуальних так й групових.

- фітнес та танці – дані види рухової активності можна використовувати в будь-якій частині урока. Для цього можна використовувати різноманітні фітнес-додатки та челленджі [7, 9, 21, 22].

Підходи до організації дистанційних уроків в кожному закладі загальної середньої освіти залежать перш за все від адміністрації закладу, бажання вчителя фізичної культури вчитися новому, наявності матеріально-технічної бази для створення онлайн-контенту. Не має єдиного алгоритму чи підходу до викладання в дистанційних умовах, головне ефективно реалізовувати завдання фізичної культури: формувати знання, вміння та навички школярів, підвищувати їх інтерес до самостійних занять фізичною культурою та здорового способу життя.

В умовах сьогодення сучасний вчитель перш за все має сформувати в учнів вміння та навички навчатися, самостійно приймати рішення, бути частиною суспільства. Саме тому в освітньому процесі необхідно

використовувати різноманітні сучасні технології для формування компетентностей особистості.

Дослідники [1,2,10,40 та інші) наголошують, що одним з інноваційних підходів є квест-технологія.

Прикладом реалізації квест-технологій в освітньому процесі є веб-квести, які зорієнтовані на учнів та формують в них різноманітні компетентності.

Загалом, вперше з'явилися веб-квести в США в 90-х роках. Авторами ідеї є професори Університету Сан-Дієго Б. Доджа і Т. Марча. Веб-квести швидко стали популярними по усьому світу, почали використовуватися в освітньому процесі, в тому числі й в Україні [40, 41].

За своєю суттю веб-квести поєднують в собі інтернет-ресурси та освітній процес. Вони можуть базуватись на певному алгоритмі-кроках, при виконанні яких учні виконують певні освітні завдання та досягають поставленої мети, можуть охоплювати певну тему, розділ чи, загалом, предмет. Також деякі дослідники відносять веб-квест до телекомунікаційних проєктів [12].

Важливу роль у створенні та проведенні веб-квестів відіграє проєктна технологія, яка заснована на принципі застосування знань та вмінь з різних предметів на практиці, участь учнів в різноманітних дослідженнях, обговореннях та інше.

Отже, веб-квест – це певна ігрова технологія, яка містить в собі навчання. В процесі проходження квесту учні обирають собі певні ролі чи шляхи вирішення проблеми, досліджують її. Завдяки цьому, він є дуже цікавою діяльністю для учнів, що забезпечує її перспективність [1].

Основними завданнями веб-квестів є:

- залучення школярів до пізнавальної діяльності;
- створення умов для групової та індивідуальної роботи школярів;

- виявлення здібностей учнів до самостійної роботи;
- розвиток основних компетентностей, інтересу, інтерактивності, творчих здібностей тощо;
- формування вмінь та навичок дослідницької роботи, відстоювання власних думок, презентацій ідей;
- розвиток відповідальності, самостійності, активності, комунікативних навичок та ін. [1,2].

Виходячи з цього, веб-квести вирішують багато завдань практичного змісту, що ставляться перед навчанням молодого покоління.

За часом реалізації виокремлюють короткотривалі та довготривалі веб-квести. Короткотривалі охоплюють 1-3 дні (чи заняття) й спрямовані на здобуття знань з певної теми.

Довготривалі квести можуть тривати від тижня до місяця (від 4 занять й більше) спрямовані на уточнення вже закріплених понять, формування нових знань, вмінь та навичок [14].

Результатом квестів є наявність в учнів знань, вміння використовувати їх на практиці та розробляти власні нароби.

Веб-квести можна розробляти з урахуванням як групової роботи так й індивідуальної. В деяких випадках, проходження веб-квестів можна запропонувати учням, що з якихось причин не можуть відвідувати заняття з фізичної культури. Завдяки проходженню квестів, вони зможуть отримати необхідні знання, що підвищить їх підсумкову оцінку [12].

Квести можуть бути вузькоспрямованими (спрямовані на конкретні тему чи предмет) та широкоспрямованими (міжпредметними), які є більш ефективними.

Розглянемо основні структурні складові веб-квестів:

1. *Вступ*, в якому розкривається актуальність, мета та завдання, що стоять перед учнями, строки виконання тощо. Основне спрямування цього

розділу – підвищення зацікавленості учнів до проходження квесту та виконання завдань.

2. *Завдання квесту*, що окреслюють основну проблематику та напрямок роботи.

3. *Опис процесу виконання* – певний алгоритм, за яким мають працювати учні. Також в даному розділі вказуються можливі ролі учасників квесту (якщо він груповий) та їх обов'язки.

4. *Методичні вказівки (інструкції)* щодо організації діяльності, презентації результатів. Даний розділ може містити певні приклади оформлення чи шаблони веб-сторінок.

5. *Список електронних ресурсів* (адреси інтернет-сайтів, посилання, електронні адреси, чати чи форуми, відео, електронні книги чи презентації та інше).

6. *Критерії оцінювання* – основні вимоги до результатів проходження квесту, бали та критерії до них.

7. *Висновки* – оформлюються за результатами проходження квесту, містить систематизовані результати. Даний розділ сприяє рефлексії учнів, створення можливості зробити висновки стосовно того, чого учні навчилися, які завдання були більш складними чи не виконались, окреслюють подальші перспективи.

8. Додатково можуть вказуватись *методичні рекомендації для вчителів* щодо організації та проведення веб-квесту [1,2,10,41].

Після проходження квесту його результати найчастіше оприлюднюються на сайті школи чи класу. Дана інформація може використовуватись іншими учнями як приклад в подальшій роботі.

Зазначена структура не є кінцевою і може змінюватись в залежності від умов, виду квесту, бажань вчителя. Однак, такі структурні складові як

вступ, завдання, алгоритм виконання та критерії оцінювання повинні бути обов'язковими та зазначатись в усіх освітніх веб-квестах.

За напрямками, темами та складністю завдань веб-квести можуть бути різноманітними. Серед основних видів завдань виокремлюють:

- *планування та проєктування* – розробка певної концепції проєкту, створення плану за онаками та інше;
- *переказ* – синтез та узагальнення отриманої з різних джерел інформації, розкриття теми, використання презентацій, сторітелінгу та інше;
- *компіляція* – перетворення отриманої з різних джерел інформації у інфографічні слайди, буклет, глосарій, хмаринку тегів та інше;
- *творче завдання* – створення відео, схем (mindmaps), рисунків та інше;
- *самопізнання* – напрямки дослідження особистісних якостей;
- *головоломка* – проходження завдань, отримання суперечливих відомостей, формулювання висновків;
- *наукові дослідження* – аналіз певних подій, відкриттів.
- *аналітичне завдання* – пошук, узагальнення та систематизація отриманих даних, наведення доказів та фактів;
- *оцінка* – обґрунтування власної точки зору;
- *консенсус* – групове розв'язання завдань та формування спільного погляду на проблему;
- *переконання* – наведення аргументів та фактів з метою зміни думки суперників [2, 10, 14].

Серед основних етапів проведення веб-квестів виокремлено наступні етапи:

1. Початковий. На даному етапі відбувається ознайомлення учнів з вихідними поняттями, метою та алгоритмом виконання квесту. Також на

даному етапі може відбуватись розподіл учнів на команди (за умови групового квесту).

2. Рольовий. Виконання учнями поставлених завдань, як індивідуальних так й групових. На даному етапі робота, в більшості, виконується самостійно та спрямована на досягнення спільного результату. Це досягається завдяки паралельній роботі усіх членів команди згідно ролей, які вони обрали. В процесі проходження учні взаємодіють один з одним, допомагають та навчають. Саме тому окрім необхідних знань та вмінь, учні отримують навички міжособистісного спілкування, розвивають комунікативні якості та інше.

3. Заключний. Обговорення проведеної роботи, підведення командних підсумків, оформлення результатів. На даному етапі усі учні діляться своїми набірками, роблять висновки. Звітний матеріал оформлюється відповідно до вимог квесту. Висновки учнів повинні відображати їх думки щодо проблемного питання, пропозиції та перспективи подальшої роботи [10, 14].

При груповому квесті можна окремо проводити конкурс звітів різних команд. При оцінці результатів враховується ступінь розуміння проблеми, достовірність результатів, відповідність темі, креативність та творчий підхід під час роботи над завданнями, якість оформлення отриманих результатів тощо. В оцінці квестів можуть брати участь вчителі, батьки, учні інших класів [41].

Наведемо покроковий алгоритм створення веб-квесту:

1. Оберіть тему, яка відповідає змісту програми з предмету, віковим та індивідуальним особливостям учнів. Завдання квесту повинні сприяти формуванню нових чи розширенню засвоєних знань з обраної теми. Матеріал квесту має бути опанований завдяки використанню інтернет-ресурсів.

2. Розробка завдань квесту. Оформлення завдань може бути різноманітним: у вигляді презентацій, де на слайдах розміщені завдання чи питання; у вигляді текстових файлів з креативно оформленим текстом; на спеціальних веб-сайтах. Для підвищення інтересу учнів матеріал має містити візуальний контент (фото, відео, рисунки тощо).

3. Розробка критеріїв оцінювання, що враховують індивідуальні особливості учнів, складність завдань, форми звітності та ін. Загалом, підхід до розподілу балів розподіляється на низький (1-3 бали), середній (4-6 балів), достатній (7-9 балів) та високий (10-12 балів). При оцінюванні обов'язково необхідно враховувати глибину розуміння завдань та креативність у їх вирішенні [10, 41].

Глибина розуміння характеризується кількістю опрацьованих інтернет-джерел, конкретністю матеріалу, наявністю ґрунтового аналізу та ін. [14]

Виконання завдання оцінюється за підбором інформації та кількості опрацьованих джерел (вони мають відповідати тематики квесту), джерела мають бути достовірними, а їх аналіз повним. Додатковим показником якості виконання завдань є наявність аргументів та цитат.

Результат роботи оцінюється за логічністю подання отриманої інформації, ґрунтовністю та критичністю її аналізу, ступенем вкладу учня в опрацювання матеріалу (особливо в групових тестах).

Творчий підхід учнів характеризується різним підходами до вирішення поставлених завдань, проявами креативного та критичного мислення, індивідуальними висновками щодо означеної проблематики квесту.

4. Наступним кроком в розробці веб-квестів є раціональний підбір інтерне-джерел, створення інформаційного ресурсу (платформи) для впровадження та підтримку проходження веб-квесту.

5. Систематизація матеріалів, створення веб-квесту, викладення його на онлайн-платформу, розповсюдження посилання [10, 41].

Як ми бачимо, алгоритм розробки веб-квестів є достатньо простим й сприяє тому, щоб вчителі активно використовували дану форму роботи в освітньому процесі.

Використання веб-квестів спрощує процес залучення інтернет-ресурсів в освітній процес, не потребує спеціальних знань, вмінь та навичок як вчителя так й учнів.

Як вже зазначалось вище, веб-квест може бути індивідуальним (виконуватись самотійно) та груповим (командним). Будь-який вид є цікавим для учнів та має свої переваги та недоліки. Однак, при командній роботі додатково вирішується завдання з розвитку комунікативних якостей учнів через спілкування та обмін інформацією. Отже, робота в команді при вирішенні поставлених завдань квесту ефективніше вирішує освітні завдання [10, 14].

Ефективність квестів обумовлюється реальністю завдань, що призводить до підвищення ефекту від їх вирішення.

Розглянемо основні принципи реалізації веб-квестів:

- принцип наочності;
- принцип мультимедійності;
- принцип інтерактивності;
- принцип активності та самотійності [14].

Принцип наочності передбачає використання різноманітних презентацій, відео та фото, рисунків та інших графічних матеріалів.

Принцип мультимедійності поєднує традиційні методи навчання та новітні інтерактивні технології (відео- та звукоєфекти, 3Д, анімацію та інше).

Принцип інтерактивності забезпечує реалізація наочності та мультимедійності в умовах інтерактивного середовища, що сприяє реалізації особистісно-зорієнтованого навчання.

Принцип активності та самостійності проявляється у ставленні учнів до освітнього процесу, виконання завдань, прагненні до самостійної діяльності. Це сприяє засвоєнню учнем суспільного досвіду в процесі вивчення різноманітних шляхів досягнення мети. Самостійність, здебільшого, проявляється у вмінні учня працювати без допомоги дорослих, визначати шляхи досягнення цілі. Саме тому активність та самостійність поєднані та взаємодоповнюють один одного. Велику роль в реалізації даного принципу відіграє бажання учня до самореалізації та самовираження, що потребує від вчителя постійного стимулювання та формування потреби в досягненні (задоволення одних потреб призводить до формування нових) [12, 14].

З метою стимулювання пізнавальної активності учнів вчитель має:

- пояснювати учням значущість навчання та роль освіти в житті людини не тільки в контексті наукової діяльності, а й в творчій роботі;
- формувати в учнів морально-вольові якості;
- використовувати заохочення;
- формулювати конкретні зрозумілі завдання, вимоги до звітності та критерії оцінювання;
- заохочувати учнів до саморозвитку та самовиховання [4, 14].

Загалом, веб-квести сприяють активізації освітньої діяльності, яка визначається як «процес, спрямований на поглиблену, спільну навчально-пізнавальну діяльність учителя та учня, на спонукання до її енергійного, цілеспрямованого здійснення, на подолання інерції, пасивних і стереотипних форм викладання і навчання» [12]. Це відбувається завдяки підходам до презентації результатів квести:

1. Захист власних наробків та думок, аргументація, наведення доказів, спираючись на отримані знання.

2. Рецензування творчих робіт інших учнів, внесення певних коректив.

3. «Хвилинка» питань – можливість задавати питання вчителя стосовно не зрозумілих питань квесту.

4. Взаємодія – допомога іншим учням, пояснення їм незрозумілих питань.

5. «Не єдине рішення» - можливість презентувати декілька шляхів вирішення поставленого завдання. вільний вибір творчих завдань, можливість здійснювати самоаналіз та самоперевірку [12, 41].

Активізації проходження веб-квестів сприяє також виклад матеріалу, який має бути яскравим, захоплевим, з елементами новизни та ін. Все це дозволяє привернути увагу учнів до необхідних блоків навчального матеріалу. В даному випадку, знання засвоюються в процесі активної розумової діяльності, що робить їх більш стійкими.

Підсумовуючи вище зазначене, можна сказати, що використання веб-квестів в освітньому процесі школярів сприятиме підвищенню їх мотивації до навчання та формуванню стійких знань через мультимедійність, яка сприяє підвищенню психоемоційного настрою завдяки використанню і ігрових форм, ілюстрації матеріалу; модальність – використання різних сенсорних каналів завдяки різним мультимедійним засобам, де візуалізація матеріалу створює умови формування знань; «слово-образ» - показ різноманітних процесів в онлайн-режимі та формування уявлень на їх основі, здійснення порівнянь різноманітних явищ, систематизація фактів, узагальнення; структурованість матеріалу квесту за допомогою різноманітних посилань, які пов'язані між собою; пошуковий характер квестів стимулює дослідницьку діяльність учнів та вчителя, що

забезпечується можливістю обрання необхідної інформації в різноманітних інтернет-джерелах, формує навички критичного мислення, обрання необхідних фактів, визначення необхідних обсягів інформації (формування інформаційної компетентності школярів); візуалізація – презентація проведеної роботи та її оцінювання, що робить рефлексію усвідомленою [3].

Розглянемо переваги використання веб-квестів з точки зору роботи вчителя. Отже, веб-квести дають вчителю можливість:

- реалізувати власний потенціал, розповсюджувати досвід;
- залучати різні категорії учнів та реалізувати їх індивідуальні освітні траєкторії;
- оптимізація обсягів навчального матеріалу, що дається учням на уроках;
- формування різноманітних знань, вмінь та навичок завдяки інформаційним технологіям;
- полегшення контролю за рівнем знань;
- оптимізація робочого часу;
- підвищення ефективності самостійної роботи учнів [10].

Використання веб-квестів дає можливість учням:

- опановувати матеріал в індивідуальному темпі;
- шукати цікаві для учня підходи та погляди на вирішення завдання;
- долати нерішучість та інші психологічні бар'єри, які можуть виникати при роботі в класі;
- формування інформаційно-комунікативної компетентності (добір та опрацювання різноманітних інтернет-джерел, використання різних гаджетів, додання хештегів, використання пошукових систем та інше) [2, 10].

Отже, технологія веб-квест – це новий підхід до організації освітнього процесу, особливо в умовах дистанційного навчання, їх можна застосувати

при вивченні різних тем та предметів, для організації як індивідуальної так й групової роботи [14].

Висновки до розділу 1.

Дистанційне навчання обумовлено розвитком інтернет-технологій в світі й сприяє удосконаленню освітнього процесу через доступ до різноманітних джерел інформації та наявність можливостей для творчого самовираження. Умови дистанційного навчання дозволяють реалізувати нові форми та методи навчання із урахуванням індивідуальної освітньої траєкторії учнів.

Дистанційне навчання, за своєю сутністю, є відкритою освітою з гнучкою системою. Вона є доступною для кожного та реалізується завдяки передачі та контролю знань на основі інформаційних та психолого-педагогічних технологій навчання. Специфіка методів дистанційного навчання полягає у формуванні самостійності, організованості та дисциплінованості особистості, стимулюванні творчого підходу до отримання нових знань.

Основною метою дистанційного навчання є включення учня в систему інформаційних баз даних та зняття просторово-часових обмежень у навчанні.

Серед основних переваг дистанційного навчання виокремлюють: гнучкість (урахування індивідуальних можливостей учнів, їх рівня підготовленості та ін.), економічну ефективність, сучасність, інтерактивність, свободу в часі та місці навчання та інше.

РОЗДІЛ 2

ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Характеристика методів дослідження

В процесі нашого дослідження з метою вирішення поставлених завдань ми використовували наступні методи дослідження:

1. Аналіз науково-методичної літератури.
2. Анкетування.
3. Методи математичної статистики.

Аналіз науково-методичної літератури використовувався з метою розкриття основних питань щодо дистанційного навчання, підходів до викладання фізичної культури в умовах карантинних обмежень, особливостей формування фізкультурно-валеологічних знань школярів та інше. Аналіз науково-методичної літератури проводився на основі навчальних та методичних посібників, авторефератів, наукових статей тощо.

З метою визначення рівня фізкультурно-оздоровчих знань дітей середнього шкільного віку нами використовувався тест, розроблений Н. Матюніною [26].

Даний тест сформований з 6 блоків, які містять по 9-12 питань закритого типу з різними варіантами відповіді. Дані варіанти відображають зразки рішень, які пов'язані з руховою активністю учнів, знаннями про здоровий спосіб життя та фізичну культура й спорт.

Для більш повного розкриття фізкультурно-оздоровчих знань учнів в тесті використовуються різні види завдань:

- аналогії – в цих завданнях майже відсутні будь-які обмеження за складністю чи манерою подачі інформації;

- виключення зайвого – необхідно визначити певні закономірності між означеними варіантами, проаналізувати, зробити висновки.

Іншою складовою означеного тесту є визначення стану фізкультурно-оздоровчої діяльності, коли в завданнях учням необхідно обрати відповіді, що найбільш відповідають певній пропозиції.

Усі структурні складові тесту поділяються на наступні блоки:

- мислення;
- обізнаність;
- фізкультурно-оздоровча діяльність.

Для кожного блоку виокремлені певні завдання, які розкривають означені параметри.

Блок «мислення» розкриває такі властивості особистості як аналогія та класифікація. Розкриття означених особливостей відбувається через співвідношення понять, визначення зв'язків, функціональних відносин та ін.

Здатність учнів поєднувати за ознаками різні поняття характеризує здатність до класифікації та виділення абстрактних понять.

Блок «обізнаність» розкриває знання пов'язані з фізичною культурою та спортом, валеологічного характеру та загальні.

Блок «фізкультурно-оздоровча діяльність» відображає загальні уявлення дитини щодо рухової активності, здорового способу життя тощо.

Правильний вибір оцінюється в 1 бал, не правильний – 0. Підрахунок балів дає можливість визначити наявний стан сформованості фізкультурно-валеологічних знань школярів.

З метою обробки результатів використовувались методи математичної статистики.

Для визначення середнього значення групи обчислюється використовується формула:

$$\bar{X} = \frac{\Sigma V}{n},$$

де \bar{X} - середнє значення, Σ - сума, V – одержані значення, n – кількість варіантів.

Визначення відсотку:

$$X_B = \frac{B \times 100\%}{A},$$

де A – загальна кількість; B – кількість, відсоток яких треба визначити.

Додатково визначалися: σ – середнє квадратичне відхилення; t – критерій Стюдента – коефіцієнт достовірності, P – показник достовірності. Розрахунок означених параметрів виконувався за допомогою програми Excel.

2.2. Організація дослідження та контингент

Наше дослідження проводилось протягом 2020-2021 р.р. й проходило в три етапи.

На першому етапі (вересень–грудень 2020 р.) здійснювався аналіз науково-методичної літератури, синтез та узагальнення отриманої інформації.

На другому етапі дослідження (лютий–квітень 2021 р.) був проведений педагогічний експеримент, який полягав у розробці методичного наповнення уроків фізичної культури, оформленні та наповненні гугл-класу.

Наше дослідження проводилось на базі Малокопанівського закладу загальної середньої освіти I-III ст. Основним завданням нашого дослідження була перевірка ступеню впливу методичного онлайн-контенту, що

використовувався в процесі дистанційного навчання фізичній культурі, на рівень сформованості фізкультурно-валеологічних знань школярів.

В дослідженні прийняли участь учні 6 класів: експериментальна група налічувала 16 учнів, контрольна група – 14 учнів.

Однорідність груп визначалась за визначенням вихідного рівня фізкультурно-валеологічних знань школярів. Наприкінці етапу проводилось підсумкове тестування.

На третьому етапі (травень-жовтень 2021 р.) проводилось опрацювання отриманих даних, синтез та узагальнення отриманих результатів, формулювання висновків, оформлення кваліфікаційної роботи згідно встановлених вимог.

РОЗДІЛ 3

ПІДХОДИ ДО ВИКОРИСТАННЯ ТЕХНОЛОГІЙ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ УЧНІВ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

3.1. Використання веб-квестів у формуванні фізкультурно-оздоровчих знань школярів

З метою визначення ефективності засобів дистанційного навчання нами був перевірений їх вплив на формування фізкультурно-оздоровчих знань школярів.

Впровадження веб-квестів, як засобу дистанційної освіти, передбачало формування гугл-класу та інструктаж батьків щодо організації даних видів занять. Більшість квестів було спрямовано на формування знань з фізичної культури та спорту, основ здорового способу життя.

Веб-квести включали в себе блоки з пошуку певної необхідної інформації, практичну частину з використання отриманих знань у контрольних завданнях. Процес здобуття необхідної інформації передбачав наявність ігрового моменту, який сприяє ефективному засвоєнню знань, вмінь та навичок.

Перед впровадженням веб-квестів в практику роботи закладу освіти нами був проведений виховний захід з метою роз'яснення основних організаційно-методичних умов роботи. Опанування теоретичного матеріалу у вигляді веб-квестів підвищувала інтерес школярів до занять та опанування нового матеріалу.

Зазначимо, що в роботі можна використовувати як вузькотематичні квести спрямовані на окремі теоретичні компоненти: рухова активність,

харчування, режим та інше. З іншого боку, можна формувати квести за більш широкою тематикою: фізична культура, спорт, олімпійські ігри та інше.

Під час використання веб-квестів обов'язково необхідно додатково використовувати бесіди, консультації та інше, щоб забезпечувати рефлексію та засвоєння знань.

З метою перевірки ступеню впливу веб-квестів на сформованість фізкультурно-оздоровчих знань школярів ми визначили їх вихідний рівень розвитку (табл. 3.1.)

Таблиця 3.1.

Показники фізкультурно-оздоровчих знань учнів 6-х класів на початку дослідження (у балах)

Показник	ЕГ	КГ
Результат тестування фізкультурно-оздоровчих знань	36,5±4,5	35,7±4,6

Як свідчать результати наведені в таблиці 3.1., показник фізкультурно-оздоровчих знань учнів 6 класів експериментальної групи на початку дослідження складає 36,5 балів, в контрольній – 35,7 балів. Отримані показники свідчать про однорідність досліджуваних груп.

Відповідно до нормативних вимог щодо рівня фізкультурно-оздоровчих знань учнів 6 класів, можна сказати, що результати відповідають середньому рівню.

Додатково ми визначали рівень інтересу учнів до занять фізичною культурою за допомогою методу анкетування. Отримані результати засвідчили, що більшість школярів 6 класів мають вище середнього та високий рівні інтересу (табл. 3.2.).

Аналізуючи дані наведені в таблиці 3.2. ми бачимо, що 1,4% учнів експериментальної групи та 1,8% контрольної групи мають низький рівень

інтересу до занять фізичною культурою. Дана ситуація може призвести до подальших негативних наслідків щодо ще більшого зниження інтересу й як результат до погіршення стану здоров'я та інше. Однією з причин зниження інтересу до занять фізичною культурою та спортом є невідповідність використовуваних засобів та методів навчання зацікавленості та вподобанням учнів.

Таблиця 3.2.

Рівні інтересу учнів 6 класів до занять фізичною культурою (у %)

Рівень	ЕГ	КГ
Високий	52,4	51,0
Вище середнього	20,6	20,9
Середній	18,7	19,1
Нижче середнього	6,9	7,2
Низький	1,4	1,8

Опитування школярів засвідчило, що більшість дітей значну частину вільного часу проводять в мережі інтернет. Це обумовлено тим, що дане молоде покоління є поколінням Z, яке є інформатизованим та проводить значну кількість часу у різноманітних гаджетах. Саме цей факт обумовив обрати одним з додаткових засобів фізичної культури веб-квест. Розглянемо приклад методичної розробки веб-квесту [43].

Методична розробка веб-квесту «Здоров'я – найбільша цінність»

Вступне слово. Любі друзі! Якщо ви любите пригоди, то цей квест саме для вас! Він переповнений труднощів та різних пошукових завдань! Якщо ти сміливий та хочеш знайти шлях до покращення свого здоров'я, то швиденько розпочинай цю захоплюючу пригоду-подорож!

Отже, знайомтесь, це здоров'я. Кожного ранку воно підіймає людей на ранкову руханку, слідкує за їх гігієною, харчуванням та руховою

активністю. Однак люди, дуже часто нехтували порадами «здоров'я», тому що мали різноманітні мікстури та пігулки. Однак, здоров'я не можна купити!

Саме тоді «здоров'я» вирішило залишитися лише з тими, хто веде здоровий спосіб життя, а той хто ним нехтує має бігати та шукати його потім, й не допоможуть тут ніякі пігулки, бо здоров'я збирається по зерняткам та цеглинкам. Щоб пройти квест вам необхідно буде пройти п'ять етапів. Завдання ви будете отримувати вранці на сторінці гугл-класу. На виконання кожного завдання вам надається 2 дні. Перед початком проходження квесту пройдіть початкове тестування. З метою оптимальної оцінки ваших завдань вам наведені критерії (табл. 3.3.)

Таблиця 3.3.

Критерії оцінювання веб-квесту

Критерій	3 бали	2 бали	1 бал
Розуміння завдання	Робота демонструє точне розуміння завдання.	Включаються матеріали, що мають безпосереднє відношення до теми, так і матеріали, які на мають відношення; використовується обмежена кількість джерел.	Включені матеріали, які не мають безпосереднього відношення до теми; використовується одне джерело, зібрана інформація не аналізується і не оцінюється.
Виконання завдання	Всі матеріали мають безпосереднє відношення до теми; джерела цитуються правильно; використовується інформація з достовірних джерел.	Не вся інформація з достовірних джерел; частина інформації не має прямого відношення до теми.	Випадкова добірка матеріалів, інформація неточна або не має відношення до теми; неповні відповіді на запитання; не робляться спроби оцінити або проаналізувати інформацію.

Продовження таблиці 3.3.

Критерій	3 бали	2 бали	1 бал
Результати роботи	Чітке і логічне представлення інформації; вся інформація має безпосереднє відношення до теми, точна, добре структурована та обґрунтована. Демонструється критичний аналіз та оцінка матеріалів, визначеність позицій.	Точність і структурованість інформації; оригінальність оформлення роботи. Недостатньо виражена власна позиція та оцінка інформації.	Матеріал логічно не побудований і поданий зовні неправильно; не дається чітка відповідь на поставлені запитання.
Творчий підхід	Представлені різноманітні підходи до розв'язку проблеми. Робота відрізняється індивідуальністю.	Демонструється одна точка зору на проблему; проводяться порівняння але відсутні висновки.	Інформація просто копіюється із запропонованих джерел; відсутні критичні погляди на проблему; робота мало пов'язана з темою Веб-квесту

Етап 1. Харчування. Продивіться презентацію, наведену у гугл-класі, назва якої зашифрована у ребусі (рис. 3.1.)



Рис. 3.1. Ребус назви презентації у веб-квесті

- Після перегляду презентації сформулюйте три правила здорового харчування.

- Зазначте основні мікроелементи, які є корисними для нашого організму.

- Складіть меню корисного сніданку.

Етап 2. Режим. Перегляньте за посиланням відеоролік та проаналізуйте інформацію про режим, як важливу частину здорового способу життя.

- Перелічіть героїв, що приймали участь в роліку.

- Надайте відповідь, використовуючи флеш картки, щодо наведеного часу режиму.

Етап 3. Загартовування. Знайдіть в гугл-класі зображення з хмарою тегів. Знайдіть на ній основні види загартування та, використовуючи інтернет-ресурси, охарактеризуйте їх важливість.



Рис. 3.2. Хмара тегів щодо загартування

Етап 4. Гігієна. Для проходження наступного етапу вам знадобиться мобільна програма для розшифрування QR-кодів. Після розшифрування розташуйте отримані напрямки гігієни в алфавітному порядку.








СТАРТ			
			

Рис 3.3. Завдання з QR-кодами для дитячого веб-квесту

Етап 5. Рухова активність. «Рух – це життя!». На сучасному етапі рухова активність дітей та дорослих досить низька. Вони проводять багато часу у різноманітних гаджетах, саме тому необхідно приділяти руховій активності особливу увагу. Використовуючи посилання на сайти, створіть картку-мотиватор до здорового способу життя та рухової активності.

Сайт для створення мотиваторів - <https://www.imgonline.com.ua/demotivational-poster.php>

Отже, як ми бачимо з методичної розробки, учні в ігровій пошуковій формі мають можливість закріпити знання з певного напрямку чи теми. Приклади інших методичних підходів до проведення веб-квестів наведені в додатку А [42].

Аналіз отриманих даних щодо змін у досліджуваних показниках виявив їх збільшення в учнів середнього шкільного віку як контрольної так й експериментальної груп.

Таблиця 3.5.

Показники фізкультурно-оздоровчих знань учнів наприкінці дослідження (у балах)

Показник	Етап	ЕГ	КГ
Результат тестування фізкультурно-оздоровчих знань	I	36,5±4,5	35,7±4,6
	II	48,7±4,4	39,4±4,7

Аналізуючи отримані результати під час другого підсумкового тестування, ми бачимо, що в учнів експериментальної групи приріст є більш вираженим та складає 12,2 бали й складає 25%. В учнів контрольної групи приріст склав лише 3,7 балів, що становить 9,4%.

Аналізуючи ставлення дітей до занять фізичною культурою ми побачили також певні зміни (табл. 3.6.).

Таблиця 3.6.

Рівні інтересу учнів 6 класів до занять фізичною культурою (у %)

Рівень	ЕГ		КГ	
	I	II	I	II
Високий	52,4	59,8	51,0	52,1
Вище середнього	20,6	22	20,9	22,4
Середній	18,7	14,4	19,1	19,8
Нижче середнього	6,9	3,8	7,2	4,7
Низький	1,4	-	1,8	1,0

Як ми бачимо з даних таблиці 3.6. більш значимі зміни в рівнях інтересу серед школярів відбулись в учнів експериментальної групи, де

показник високого рівня збільшився на 7,4%, тоді як показник низького зменшився на 1,4% та дорівнює 0. В контрольній групі також відбулись зміни, але вони менш значні, ніж в експериментальній: показник високого рівня збільшився на 1,1%, низького зменшився на 0,8%.

Отже, враховуючи отримані результати, можна зробити висновок, що використання елементів дистанційного навчання на уроках фізичної культури позитивно впливає на формування фізкультурно-оздоровчих знань школярів та рівень їх інтересу до здорового способу життя та занять фізичною культурою.

Висновки до розділу 3.

Веб-квест – це певна технологія, за допомогою якої можуть бути розв’язані освітні завдання з певного предмету, розділу чи теми. Використання веб-квестів в освітньому процесі школярів сприяє систематизації їх знань, формуванню навичок самоконтролю та звички до самоосвіти. Використання ігрової складової допомагає підвищити мотивацію учнів. Засвоєнню інформації сприяє її різна подача (текстова, графічна, відео та інше).

Порівняння та аналіз отриманих результатів дозволяє визначити, що позитивні зміни в показниках дітей експериментальної групи є більш вираженими, що підтверджує ефективність використання веб-квестів під час вивчення фізичної культури.

ВИСНОВКИ

1. Дистанційне навчання передбачає використання різноманітних новітніх форм, засобів та методів інформаційних технологій. Серед основних переваг дистанційного навчання виокремлюють: доступність учнів до освітніх ресурсів, формування певних компетентностей особистості в зручній формі, розвиток творчих та інтелектуальних здібностей школярів в процесі використання різноманітних освітніх ресурсів, комунікативна діяльність, екстериторіальність, різні режими взаємодії учасників, забезпечення неперервної освіти та інше.

Основними інструментами організації дистанційного навчання є: чат, форум, блог, онлайн-конференції, електронна пошта, соціальні мережі та інше. Алгоритм роботи в умовах дистанційного навчання наступний: пошук інформації відповідно до завдань, аналіз отриманої інформації, синтез та узагальнення, формулювання висновків, представлення результатів у вигляді презентації, коментарів, творчої роботи та інше.

2. Веб-квест – це формат уроку, який поєднує в собі можливості інтернет-ресурсів та освітній процес, базується на певних алгоритмах-кроках та охоплює певні теми чи розділи. Основними завданнями в реалізації веб-квестів є: залучення школярів до пізнавальної діяльності; створення умов для групової та індивідуальної роботи; виявлення здібностей учнів до самостійної роботи; розвиток основних компетентностей, інтересу, творчих здібностей; формування вмінь та навичок дослідницької роботи, відстоювання власних думок, презентацій ідей; розвиток відповідальності, самостійності, активності, комунікативних навичок та ін.

Основними структурними складовими веб-квестів є: вступ, завдання квесту, опис процесу виконання, методичні вказівки (інструкції), список електронних ресурсів, критерії оцінювання, висновки.

Серед основних видів форм роботи у веб-квестах виокремлюють: планування та проєктування, переказ, компіляція, творче завдання, самопізнання, головоломка, наукові дослідження, аналітичне завдання, оцінка, консенсус, переконання. Використання ігрової складової допомагає підвищити мотивацію учнів, а засвоєнню інформації сприяє її різна подача.

3. Опитування школярів засвідчило, що більшість дітей значну частину вільного часу проводять в мережі інтернет, що обумовлено інформатизацією молодого покоління, яке проводить значну кількість часу у різноманітних гаджетах. В процесі дослідження нами було здійснено аналіз змін показників фізкультурно-оздоровчих знань учнів під впливом використання квест-технологій. Аналіз виявив, що рівень середніх величин в контрольній збільшився на 3,7 балів, що становить 9,4%, тоді як в експериментальній групі він складає 12,2 бали й складає 25%.

Аналізуючи ставлення дітей до занять фізичною культурою ми побачили також певні зміни: в учнів експериментальної групи показник високого рівня збільшився на 7,4%, тоді як низького зменшився на 1,4% та дорівнює 0. В контрольній групі також відбулись зміни, але вони менш значні: показник високого рівня збільшився на 1,1%, низького зменшився на 0,8%.

Отже, враховуючи отримані результати, можна зробити висновок, що використання елементів дистанційного навчання на уроках фізичної культури позитивно впливає на формування фізкультурно-оздоровчих знань школярів та рівень їх інтересу до здорового способу життя та занять фізичною культурою.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Анафонова О.О. Web-квест як засіб формування інформаційної компетентності на уроках математики та в позакласній роботі. URL: https://zippo.net.ua/data/files/2019/obl_vist_agafon.pdf.
2. Албегова И.Ф., Шамотонова Г.Л. Веб-квест как инновационная информационно-коммуникационная технология в образовании: сущность и способы применения. *Дистанционное и виртуальное обучение*, 2009, № 7, С. 7-12.
3. Антонов В. М. Дистанційне навчання: підручник. Херсон: Видавничий центр «ШтрихТ», 2011. 160 с.
4. Березкіна О., Біліченко О. Теоретичне обґрунтування й експериментальна перевірка методики формування системи теоретичних знань валеологічного характеру в молодших школярів на уроках фізичної культури. *Вісник Прикарпатського університету. Фізична культура*. 2010. № 12. С. 151–154.
5. Белікова Н. О., Суценко Л. П. Термінологія напряму підготовки «Здоров'я людини». К. : ТОВ «Козарі», 2009. 182 с.
6. Биков В. Ю., Кухаренко В. М., Богачков Ю.М. Технологія створення дистанційного курсу: навч. посіб. К.: Міленіум, 2008. 324 с. URL: http://dl.kharkiv.edu/file.php/1/Kuharenko_PDF.pdf
7. Білик В. Г., Ігнатенко С. А., Палієнко К. В., Солнцева В. В., Страшко С. В. Педагогічні аспекти фізичного виховання та спорту у формуванні ставлення до здорового способу життя дітей та підлітків. *Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка*. Чернігів: ЧДПУ, 2006. Вип. 35. С. 431-434.
8. Бойченко Т. Є. Здоров'язберігаюча компетентність : підходи до вивчення, основні ознаки. *Моніторинг здоров'я школярів: міжсекторальна*

взаємодія лікарів, педагогів, психологів: матеріали наук.-практ. конф. з міжнар. участю. Харків : ДУ «ІОЗДП АМНУ», 2009. С. 132–136.

9. Булатова М. М., Усачов Ю. А. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні. *Теорія і методика фізичного виховання*. К. : Олімпійська література, 2008. – С. 320–354.

10. Быховский Я.С. Образовательные веб-квесты. URL: <http://ito.edu.ru/1999/III/1/30015.html>].

11. Варзар Т. Дистанційна освіта в сучасній освітній діяльності. *Українознавство*, 2005. № 1. С. 116–119.

12. Використання web-квестів у навчально-виховному процесі. URL: https://urok.osvita.ua/materials/edu_technology/30113/

13. Вишнівський В.В., Гніденко М.П., Гайдур Г.І., Ільїн О.О. Організація дистанційного навчання. Створення електронних навчальних курсів та електронних тестів: навч.посіб. К.: ДУТ, 2014. 140 с. URL: http://www.dut.edu.ua/uploads/1_786_40131752.pdf.

14. Власова І.О. Технології веб-квест та блог-квест. URL: http://viakiev.blogspot.com/p/blog-page_51.html

15. Дистанційне навчання як сучасна освітня технологія: матеріали міжвузівського вебінару (м. Вінниця, 31 березня 2017 р.) / відп. ред. Л.Б. Ліщинська. Вінниця : ВТЕІ КНТЕУ, 2017. 102 с.

16. Дистанційне навчання: Тренінг з організації дистанційного навчання на платформі WebCT. URL:<http://www.users.kharkiv.com>.

17. Жевакіна Н. В. Технологія дистанційного навчання: сутність та особливості. *Вісник Луганського держ. пед. ун-ту імені Тараса Шевченка*, 2003. №4. С. 68-73.

18. Завалевський Ю., Гавриш І., Пугач А. Тренди сучасної середньої освіти: цивілізаційний і національний контекст. *Рідна школа*, 2016. №4. С. 3

19. Іваній І. Розвиток основ здоров'я молодшого школяра засобами фізичної культури як педагогічна проблема. *Молода спортивна наука України*. 2008. Т. 4. С. 86–92.

20. Кольцова О.С., Кострікова К.С. Впровадження олімпійських цінностей у компетентісну освіту нової української школи. *Традиції та інновації у підготовці фахівців з фізичної культури та фізичної реабілітації: матеріали Міжнародної науково-практичної конференції (22-23 березня)*. К.: Таврійський національний університет ім. В.І. Вернадського, 2019. С.16

21. Кольцова О.С. Педагогічні аспекти організації фізкультурно-оздоровчої діяльності школярів. *Педагогічні науки: збірник наукових праць*. Херсон: ХДУ, 2014. Вип. 66. С. 175-179

22. Кольцова О.С. Популяризація здорового способу життя та занять спортом засобами олімпійської освіти. *Наука і освіта: науково-практичний журнал*. Одеса: Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського, 2015. Вип. 4 (СXXXIII). С. 96-100.

23. Комп'ютерні системи контролю знань у дистанційному навчанні. *Вісник Академії дистанційної освіти*, 2004. № 2. С. 68–71.

24. Курман М., Кольцова О., Месуветов Р., Підходи до вивчення фізичної культури в процесі дистанційного навчання. *Фізична активність і якість життя людини: зб. тез доп. V Міжнар. наук.-практ. конф. (8–10 черв. 2021 р.)*. Луцьк: Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2021. 44-45 с

25. Кухаренко В. М., Березенська С. М., Бугайчук К. Л., Олійник Н. Ю., Олійник Т. О., Рибалко О. В., Сиротенко Н. Г., Столяревська А. Л. Теорія та практика змішаного навчання : монографія. Харків: «Міськдрук», НТУ «ХПІ», 2016. 284 с.

26. Матюнина Н.В., Барбашов С.В. Методика оцінювання фізкультурно-валеологічної образованности у учащихся младших

классов. *Проблемы совершенствования олимпийского движения, физической культуры и спорта*. Омск: Сиб-ГАФК, 1998. С. 146-148.

27. На допомогу вчителю фізичної культури під час організації дистанційного навчання. URL: <https://hoippo.km.ua/wp-content/uploads/Дистанційне-навчання-з-фізичної-культури.pdf>

28. Навчально-методичний комплекс підготовки організаторів дистанційного навчання для системи післядипломної освіти / за заг. ред. В.В. Олійника. К.: Міленіум, 2003. 69 с.

29. Офіційний сайт системи Moodle. URL: <http://moodle.com/https://moodle.org/>

30. Положення про дистанційне навчання. Затверджене наказом МОН України №466 від 25.04.2013. <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/z0703-13>.

31. Принципи створення цифрових навчальних матеріалів. Чек-лист для вчителів від Марини Курвітц. URL: <http://kurvitstudio.com/lori.pdf>.

32. Розробки дистанційного курсу: навч.посіб. / За ред. В. Ю. Бикова, В. М. Кухаренка. К.: Міленіум, 2008. 324 с.

33. Сисоєва С. О. Методологічні проблеми дистанційного навчання *Вісник Академії дистанційної освіти*, 2004. №2. С. 21– 28.

34. Система дистанційної освіти та перевірки знань: сервер інформ. технологій каф. фундамент. дисциплін АПБУ. URL: <http://www.fdapbu.narod.ru>.

35. Таланчук П. М., Шевцов А. Г., Бажан В. Т., Генба В. М. Створення дидактичних матеріалів з дистанційної форми навчання: інформ.-метод. зб. К.: Ун-т "Україна", 2001. 48 с.

36. Таналіс М. Дидактичний контекст дистанційного навчання *Вісник Академії дистанційної освіти*, 2004. № 2. С. 51–57

37. Український центр оцінювання якості освіти URL: <https://testportal.gov.ua/>

38. Шабанов А. Г. Формы, методы и средства в дистанционном обучении. *Инновации в образовании*, 2005. № 2. С. 102–116.

39. Шукевич Б. Шляхи поповнення терміносистеми з дистанційного навчання. *Українська термінологія і сучасність*: зб. наук. праць. К.: КНЕУ, 2005. Вип 6. С. 437-440.

40. March, T. Web-Quests for Learning. URL: <http://www.ozline.com/webquests/intro.html>.

41. Web quest. URL: <https://www.sites.google.com/site/webquest444/home/cto-takoe-veb-kvest>

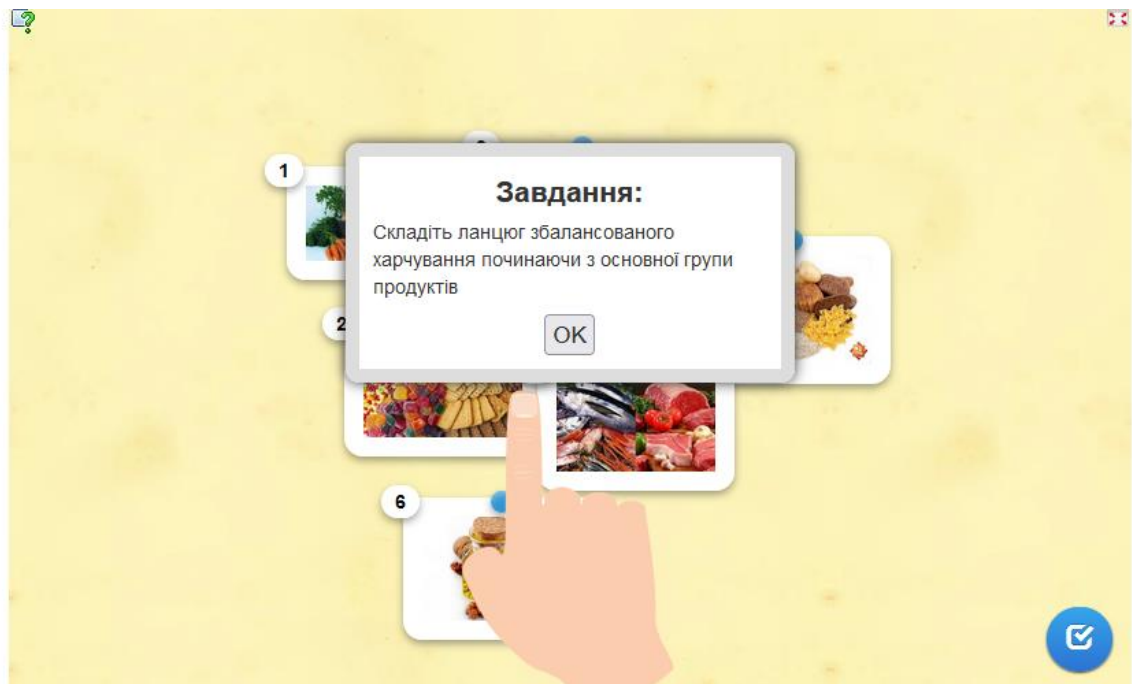
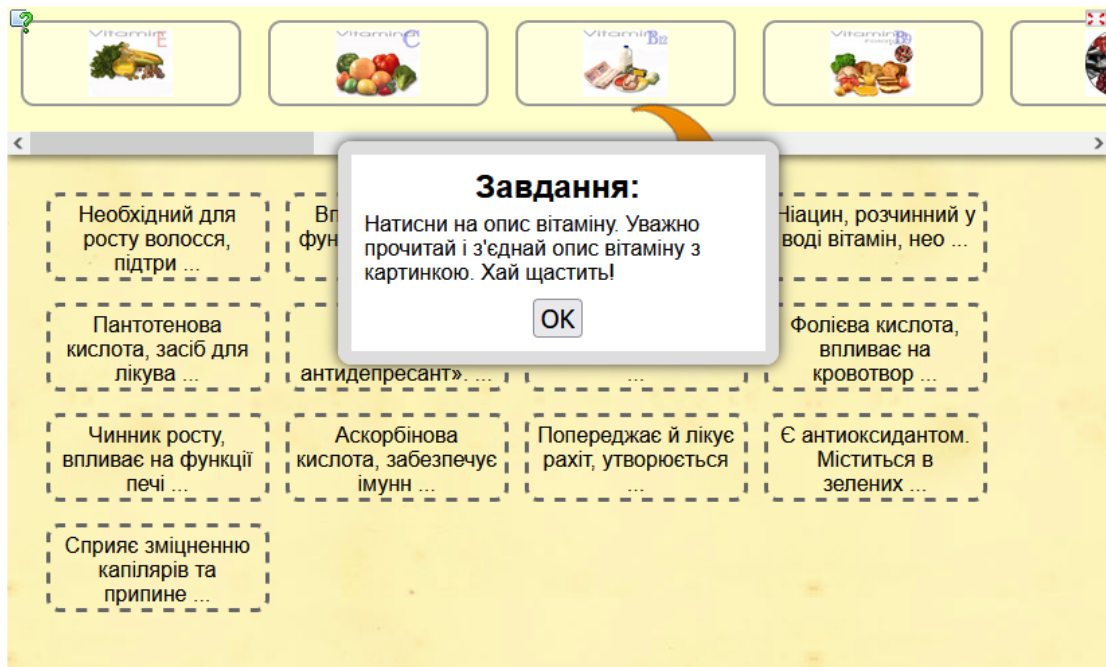
42. Web quest. Здоров'я мати - вік біди не знати! URL: http://marynapyvovar.blogspot.com/p/blog-page_76.html

43. Web quest. 5 кроків до здорового способу життя. URL: <http://xmkvest.blogspot.com/p/8-9.html>

ДОДАТКИ

Додаток А

Приклад Веб-квесту «Здоровий спосіб життя» [42]



Продовження додатку А

Завдання:
Основи здоров'я 7 клас тема
"Індивідуальний розвиток підлітків"

OK

Завдання:
Визнач що корисне, а що шкідливе.
Вчитель: Кійло Юлія Іванівна

OK

Корисно! Шкідливо :(

фізкультура зарядка

спорт інтернет-ігри

чіпси брудні руки газовані напої свіжі соки

Додаток Б
АНКЕТА ДЛЯ УЧНІВ

1. Інтерес до фізичної культури: високий; вищий від середнього; середній; нижчий від середнього; низький; інтерес відсутній; ставлюся негативно.

2. Мотиви відвідування уроків фізичної культури (допускається декілька варіантів відповідей): бажання підвищити свою фізичну підготовку (розвинути силу, витривалість, спритність, гнучкість, швидкість); бажання покращити своє здоров'я; бажання навчитися техніки фізичних вправ; інтерес до особи вчителя; прагнення отримати добрі оцінки; прагнення уникнути неприємностей у зв'язку з пропусками занять; звичка до сумлінного виконання будь-яких обов'язків загалом; інші мотиви (вказати) _____

3. Із яких джерел інформації Ви отримуєте найбільше знань про фізичне виховання? Зустрічі з відомими спортсменами; зустрічі зі спеціалістами в галузі фізичної культури; масові спортивні заходи за місцем навчання; учитель фізичної культури; тренер із видів спорту; телебачення; радіо; газети; спеціальна спортивна література (книги, брошури); інші (вказати) _____

4. Чи є у Вашій сім'ї будь-який спортивний інвентар? (Допускається декілька варіантів відповідей): спортивного інвентарю немає; є лижі, ковзани; є гантелі, штанга, гирі; є тренажер; є велосипед; є ракетки для гри в теніс, бадмінтон; є туристське спорядження; є інший спортивний інвентар (вказати) _____