



ЗА МАТЕРІАЛАМИ XI МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-МЕТОДИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ

**«Сучасні технології в галузі фізичного виховання,  
спорту, фізичної терапії та ерготерапії»**!



НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ  
НАЦІОНАЛЬНОЇ ГВАРДІЇ УКРАЇНИ



Національна гвардія України  
Національна академія Національної гвардії України  
(кафедра фізичної підготовки та спорту)

# **Сучасні технології в галузі фізичного виховання, спорту, фізичної терапії та єрготерапії**

**Збірник наукових праць**

Харків  
НАНГУ  
2021

## ОРГАНІЗАЦІЙНИЙ КОМІТЕТ

### Голова організаційного комітету

**Турчинов А.В.** – кандидат педагогічних наук, доцент (Національна академія Національної гвардії України, м. Харків).

### Заступник голови організаційного комітету

**Хацяюк О.В.** – заслужений тренер України, суддя НК з боротьби самбо, магістр (Харківський національний університет внутрішніх справ).

### Члени організаційного комітету:

**Коломійцева О.Е.** – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент (Національна юридична академія імені Ярослава Мудрого, м. Харків);

**Приходько Г.І.** – кандидат педагогічних наук, доцент (Національна юридична академія імені Ярослава Мудрого, м. Харків);

**Ананченко К.В.** – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент (В.о. начальника Управління у справах молоді та спорту Харківської обласної державної адміністрації);

**Ярещенко О.А.** – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент (Харківський національний університет внутрішніх справ);

**Беспалова О.О.** – кандидат педагогічних наук (Сумський державний педагогічний університет імені А.С.Макаренка).

### Секретар організаційного комітету

**Анацький Р.В.** (Національна академія Національної гвардії України).

Сучасні технології в галузі фізичного виховання, спорту, фізичної терапії та ерготерапії. *Збірник наукових праць за матеріалами XI Міжнародної науково-методичної конференції (4-5 квітня 2021 р. Національна академія Національної гвардії України, кафедра фізичної підготовки та спорту. Харків, 2021. Вип. 11. 260 с.*

*Матеріали викладено в авторській редакції з незначними коректорськими правками. За достовірність наукового матеріалу, професійного формулювання, фактичних даних, цитат, власних назв, географічних назв, посилань на першоджерела, а також за розголошення фактів, що не належать до відкритого друку, тощо – відповідальність несуть автори публікацій та їх наукові керівники. Редакційна колегія залишає за собою право відхиляти неякісні матеріали без пояснення причин.*

*Друкується відповідно до рішення оргкомітету за дорученням кафедри фізичної підготовки та спорту Національної академії Національної гвардії України (протокол від 25 березня 2021 року №9)*

*Збірник наукових праць затверджений на засіданні Вченої ради Національної академії Національної гвардії України (протокол від 31 березня 2021 року №8)*

*Електронна версія видання доступна за посиланням:  
<https://nangu.edu.ua/about/arhiv-programzbirnikiv-tez-ta-dopovidej>*

## ЗМІСТ

### Секція 1

<b>Сучасні технічні засоби навчання, інформаційні технології в галузі фізичного виховання різних груп населення .....</b>	<b>8</b>
<b>Гаркавий О.А., Ярещенко О.А.</b> Результати дослідно-експериментальної перевірки ефективності використання СТЗН в системі самостійних занять обраним видом спорту майбутніми офіцерами-правоохоронцями в умовах карантинних обмежень ..	9
<b>Загурський О.М., Небож І.В.</b> Вплив занять карате на рівень розвитку рухових якостей .....	11
<b>Дяченко А.А., Антонюк А.Е.</b> Використання фітнес-додатків, як засіб підвищення мотивації студентів до регулярної рухової активності .....	14
<b>Літвінова А.М., Тимченко Г.М.</b> Використання інформаційних технологій у фізичному вихованні студентів ХНУ імені В.Н. Каразіна .....	17
<b>Майдебуря С.О., Вітомський В.В.</b> Аналіз динаміки біомеханічних показників опорно-ресорної функції стопи під впливом програми фізичної терапії у дітей зі статичною формою плоскостопості .....	20
<b>Цевух Л.Б., Новікова Ж.О., Тарасенко І.Й.</b> Педагогічні технології у дистанційному навчанні .....	22
<b>Цись Я.С., Лоза Т.О.</b> Застосування тренажерів на уроках фізичної культури для покращення фізичної підготовленості старшокласників .....	25
<b>Школа О.М., Гармаш Л.С.</b> Переваги та недоліки використання Веб-технологій в умовах дистанційного навчання .....	29

### Секція 2

<b>Олімпійський та професійний спорт (службово-прикладні види спорту) .....</b>	<b>33</b>
<b>Анацький Р.В., Коверсун А.О.</b> Розробка методики вдосконалення спеціальної витривалості військовослужбовців НГУ з ВСБ у розділі бойове двоборство .....	34
<b>Білошицький В.В., Фідчунов В.В.</b> Військово-прикладне плавання в системі навчання курсантів .....	35
<b>Гордієнко О.В., Вороніцький В.Б.</b> До питання тренування жінок з пауерліфтингу	39
<b>Zagorska I.Yu.</b> The essence and structure of the formation of the readiness of women Police officers for hand-to-hand combat .....	40
<b>Леоненко А.В., Нестеров А.О.</b> Особливості психологічної підготовки учнів які займаються у шкільній секції боксу .....	42
<b>Леоненко А.В., Пресич Ю.В.</b> Теоретичні основи застосування панкратіону у фізичному вихованні різних груп населення .....	44
<b>Лунгу Д.І.</b> Спортивна підготовка студентів та курсантів у поєднанні із самбо .....	47
<b>Петренко Г.В., Сікора А.Д.</b> Техніко-тактична підготовка висококваліфікованих сквошистів: бекхенд крос-корт дроп шот .....	49
<b>Семенченко І.О., Пелешенко І.М.</b> Використання засобів карате для розвитку рухових здібностей студентів .....	50
<b>Theeboom M.</b> Analytical review of the popularity of martial arts among young people ..	53
<b>Tertov O.I.</b> Pedagogical conditions for the formation of police readiness to use hand-to-hand combat techniques .....	59
<b>Турчинов А.В., Ананченко К.В.</b> Удосконалення технічної майстерності майбутніх офіцерів Національної гвардії України, які займаються гирьовим спортом .....	60
<b>Цись Д.І., Лосев А.В.</b> Силова підготовка студентів-волейболістів під час занять з фізичного виховання у закладах вищої освіти .....	64
<b>Чередніченко С.В., Коломісць Ю.В.</b> Гуртково-секційні заняття з карате-до, як засіб розвитку швидкісно-силових якостей молодших школярів .....	67

### Секція 3

<b>Педагогічні, психологічні та соціально – філософські аспекти фізичної культури та спорту</b> .....	69
<b>Ванюк Д.В.</b> Ефективність впровадження фітнес-технологій на заняттях з фізичного виховання різної спрямованості .....	70
<b>Babak S.V.</b> Pain and pain threshold in human extreme activity .....	72
<b>Баб'як А.О., Петренко С.П.</b> Сучасні проблеми правового регулювання спортивної індустрії .....	75
<b>Булгакова Т.М.</b> Гендерна стереотипність у спортивній діяльності .....	77
<b>Вербин Н.Б., Шемчук В.А.</b> Шляхи перевірки рівня розвиненості фізичної підготовленості військовослужбовців в процесі навчання .....	78
<b>Височіна Н.Л., Білошицький В.В., Малахова О.О.</b> Вольові лідерські якості майбутніх офіцерів та особливості їх формування у процесі фізичного виховання ...	84
<b>Клеценко Л.В., Вишар Є.В.</b> Психолого-педагогічні аспекти формування мотивації здоров'я майбутніх фізичних терапевтів .....	88
<b>Кравченко Т.П., Ярошенко М.А.</b> Основні проблеми менеджменту в галузі фізичної культури та здоров'я .....	90
<b>Леоненко А.В., Нестерова А.В.</b> Використання елементів фітнес-технологій у фізичному вихованні студентів .....	92
<b>Леоненко А.В., Андрущенко М.М.</b> Психологічна підготовка допризовної молоді засобами фізичної культури та спорту .....	94
<b>Омельченко Т.Г.</b> Шляхи формування позитивної мотивації підлітків до здорового способу життя засобами фізкультурно-оздоровчих занять .....	96
<b>Остра А.Ю., Томенко О.А.</b> Розвиток ветеранського спорту на Сумщині (2011-2020 роки) .....	99
<b>Приходько А.Ю.</b> Виховання патріотизму у дітей старшого дошкільного віку в процесі занять з фізичної культури (теоретичний аспект) .....	103
<b>Фоменко О.В., Маміна Є.С.</b> Становлення, сучасність і перспективи розвитку олімпійського руху в Україні та світі .....	105
<b>Фоменко В.Х., Петліченко К.В.</b> Індивідуальний підхід на уроках фізичної культури до дітей різних вікових груп .....	107
<b>Khorolets E.I., Khatsaiuk O.O., Kaznacheev V.M.</b> Disclosure of internal potential of cadets and students of Kharkiv National University of Internal Affairs in the process of physical training with the help of numerological technologies .....	109

### Секція 4

<b>Фізична терапія та ерготерапія</b> .....	114
<b>Акімов Є.Є., Калінкіна О.Д.</b> Ерготерапія осіб після ендопротезування кульшового суглобу: науково-доказова практика, обґрунтування та рекомендації .....	115
<b>Баннікова Р.О., Сахно Т.М., Тишкевич А.О.</b> Фізична терапія осіб із злоякісними пухлинами головного мозку в ранньому післяопераційному періоді .....	119
<b>Баннікова Р.О., Кушнірук Д.О.</b> Фізична терапія осіб з асептичним некрозом голівки стегнової кістки .....	122
<b>Баннікова Р.О., Чалий П.В., Хильченко М.О.</b> Сучасні погляди на проблему фізичної терапії осіб з вертеброгенним больовим синдромом поперекового відділу .....	125
<b>Береженна Л.Ю., Пахальчук Н.О., Застосування кінезіологічних вправ у корекції навчання та оздоровлення дітей дошкільного віку</b> .....	128
<b>Бісмак О.В., Новікова Т.Ю.</b> Засоби фізичної терапії у комплексному лікуванні осіб із синдромом кубітального каналу .....	130
<b>Бородіна О.С.</b> Профілактика порушень зору серед здобувачів вищої освіти засобами оздоровчо-корекційної гмнастики .....	133

<b>Вітомський В.В.</b> Особливості відновлення легеневої функції після кардіохірургічних втручань під впливом стимулюючої спірометрії та інспіраторних м'язових тренувань .....	136
<b>Вітомська М.В., Борис М.І.</b> Сенсорно-інтегративний підхід ерготерапії для дітей з розладами аутистичного спектру .....	137
<b>Гавінська С.В.</b> Функціональне відновлення верхньої кінцівки у осіб зрілого віку з наслідками ішемічного інсульту на стаціонарному етапі реабілітації .....	139
<b>Гнатюк О.С.</b> Сучасний погляд на розвиток соціальної функціональності дітей з розладами аутистичного спектру в процесі ерготерапії .....	143
<b>Горошко В.І., Бондаренко А.В.</b> The influence of stretching on health of powerlifting athletes with myofascial syndrome .....	146
<b>Грищенко Д.О.</b> Дослідження фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку .....	147
<b>Ігнатенков В.А., Вітомський В.В.</b> Сучасні погляди на фізичну терапію дітей з рецидивуючим бронхітом .....	151
<b>Ілюха Л.М., Мельник О.С.</b> Комплексна фізична реабілітація морфофункціональних порушень опорно-рухового апарату .....	153
<b>Калиниченко І.О., Калиниченко О.О.</b> Використання оцінки адаптаційних та функціонально-резервних можливостей організму дітей у комплектації груп з фізичного виховання .....	156
<b>Карпова Т.В., Вітомський В.В.</b> Особливості фізичної терапії при ревматоїдному артриті .....	160
<b>Клеценко Л.В., Скрипник П.В.</b> Кінезіотейпування як дієвий метод кінезотерапії .....	162
<b>Колиушко К.В., Бойко А.С.</b> Огляд сучасних підходів до фізіотерапевтичного менеджменту хронічного неспецифічного болю в нижній частині спини .....	163
<b>Леоненко А.В., Буланов О.О.</b> Сутність та зміст фізичної рекреації: теоретичний аспект .....	167
<b>Леоненко А.В., Лазарєв М.О.</b> Організаційні аспекти допризовної підготовки молоді в закладах фахової передвищої освіти та ліцєях з посиленою військово-фізичною підготовкою .....	170
<b>Леоненко А.В., Дроздов Д.М.</b> Розвиток силових якостей у студентів засобами атлетизму .....	172
<b>Мосенцова А.О., Вітомський В.В.</b> Сучасні погляди на фізичну терапію осіб з ішемічною хворобою серця та гіпертонічною хворобою .....	174
<b>Нуждов В.В.</b> Фізична терапія та ерготерапія. Їх відмінності та перспективи розвитку .....	177
<b>Пашов О.Ю.</b> Застосування денс-терапії у комплексній реабілітації при невropатії лицевого нерва .....	181
<b>Романовська Т.І.</b> Особливості характеристики стану здоров'я студентів коледжу .....	183
<b>Скрипченко А.І.</b> Дослідження впливу степ-аеробіки на фізичну підготовленість дітей старшого дошкільного віку .....	187
<b>Федоренко В.В.</b> Фізична терапія при травматичній ампутації нижньої кінцівки ...	191
<b>Христова Т.Є.</b> Ефективність аромафитотерапії у профілактиці гострих респіраторних захворювань молоді .....	194
<b>Шестопал Н.О.</b> Алгоритм заходів фізичної терапії при вогнепальних ураженнях верхньої кінцівки .....	198
<b>Щербина В.В.</b> Вібро-акустичний масаж Тибетськими чашами, що співають як метод звукотерапії .....	200
<b>Секція 5</b>	
<b>Педагогіка вищої школи (загальноосвітня школа).</b>	
<b>Фізичне виховання різних груп населення .....</b>	<b>203</b>



<b>Ващенко О.М., Куделич В.В.</b> Організація фізкультурно-оздоровчих заходів в режимі навчального дня учнів початкової школи .....	204
<b>Ващенко О.М., Мащенко Л.О.</b> Організаційні основи запровадження методики «Навчання в русі» в освітній процес початкової школи .....	206
<b>Гирник Т.С.</b> Фізичне виховання, як чинник формування навичок здорового способу життя в молодших школярів .....	209
<b>Жукова Г.В.</b> Позаакадемічна освіта студентів-спортсменів .....	211
<b>Kasymbekova S.I., Dilmakhanbetov E.K.</b> Physical education of student youth in different countries .....	212
<b>Любичч Р.І., Кравченко О.В.</b> Удосконалення техніки виконання фізичних вправ майбутніми офіцерами Національної гвардії України .....	214
<b>Лоза Т.О.</b> Педагогічні аспекти підвищення компонентів фізичного стану дітей молодшого шкільного віку в системі фізичного виховання .....	215
<b>Мурашко Г.О.</b> Організація діяльності вчителя з формування навичок загартування учнів 1 класу .....	218
<b>Моргунов О.А., Хацаюк О.В.</b> Модернізація нормативної бази зі спеціальної фізичної підготовки майбутніх офіцерів Національної поліції України .....	220
<b>Петрик Д.П., Сорокопуд В.Б., Ткаченко І.В.</b> Методика послідовності навчання курсантів Академії державної пенітенціарної служби в рамках занять зі спеціальної фізичної підготовки .....	226
<b>Самойлов С.А.</b> Формування миротворця сьогодення, як педагогічна проблема ...	229
<b>Skalsky D.V.</b> Readiness of Special Purpose police units to perform assigned tasks in the Aquatic Environment .....	232
<b>Сорокіна І.О.</b> Формування самооцінки у дітей старшого дошкільного віку під час занять з фізичного виховання .....	234
<b>Сулім Ю.О.</b> Формування здорового способу життя – основа зміцнення і збереження здоров'я дітей старшого дошкільного віку .....	237
<b>Тітаренко С.А., Сосновенко Н.В.</b> Система роботи зі зміцнення психічного здоров'я старших дошкільників засобами гумору .....	239
<b>Томенко О.А., Осадчий О.О., Матросов С.О.</b> Технологія фізичного виховання студентів інформаційно-логічної групи спеціальностей .....	244
<b>Хлус Н.О., Біловоленко Ю.Е.</b> Застосування рухливих ігор для формування комунікативної компетентності дітей старшого дошкільного віку .....	248
<b>Хлус Н.О., Кром В.В.</b> Ставлення майбутніх вихователів до здорового способу життя і занять з фізичного виховання у ЗВО .....	251
<b>Школа О.М., Мільман М.В., Грищенко О.І.</b> Модульне навчання з фізичного виховання студентів закладів вищої освіти .....	255
<b>Шліпова В.О.</b> Основні підходи до оптимізації рухової діяльності дітей старшого дошкільного віку в родині .....	257

**Цевух Л.Б.**

кандидат медичних наук, доцент,  
доцент кафедри стоматології дитячого віку  
Одеського Національного медичного Університету;

**Новікова Ж.О.**

кандидат медичних наук, доцент,  
доцент кафедри стоматології дитячого віку  
Одеського Національного медичного Університету

**Тарасенко І.Й.**

асистент кафедри стоматології дитячого віку  
Одеського Національного медичного Університету

## **ПЕДАГОГІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ У ДИСТАНЦІЙНОМУ НАВЧАННІ**

**Актуальність дослідження.** З появою комп'ютерів і подальшим активним розвитком інформаційних технологій суспільство почало активне їх використання у всіх сферах своєї діяльності, і процес навчання не є виключенням. Зокрема сьогодні все більшої популярності набирає така форма навчання як дистанційна. А проблема організації дистанційного навчання стає все більш актуальною, особливо в умовах кризових явищ.

**Висновки з моніторингу (аналізу) останніх досліджень і публікацій.** Дослідженням проблеми організації та ефективності дистанційного навчання займалися Расулова З.Д. [1, 2] Бобоева М.Н., Расулов Т.Н., [3] Харад М.Е., Ферейра Н.С., Фариа А.А. [4] Андерсон Т., Ривера-Варгас П. [5]. Застосовування інформаційно-комунікаційних технологій у галузі фізичної культури і спорту досліджували Тимошенко О.В., Дьоміна Ж.Г. [6] Бишевец Н. Сергієнко К. [7] Шмирова О. В. Зелінська В. А. [8] та інші.

Незважаючи на велику кількість досліджень дистанційного навчання з використанням різноманітних інформаційно-комунікаційних технологій, вони все ще залишаються невичерпними з огляду на те що швидкий розвиток інформаційного суспільства і недостатньо все ще розкриті питання змісту, форм і методів педагогічних технологій та впровадження в навчальний процес інформаційних технологій.

**Метою дослідження** є аналіз педагогічних технологій, які активно можна використовувати під час дистанційного навчання у закладах вищої освіти.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Розвиток нових інформаційних технологій, заснованих на застосуванні комп'ютерних засобів, і впровадження їх в усі сфери людської діяльності з початку 1980-х рр. дало початок інформатизації суспільства. Однак навряд чи тоді можна було припускати, що поява комп'ютерів дасть безпрецедентний стрибок у розвитку інформаційних технологій, який тепер називають інформаційною революцією, що призвела до зміни ряду парадигм суспільного розвитку. Все це спричинило революцію в нашому суспільстві та на робочих місцях людей, дозволив інші можливості для викладання та навчання. Інформатизації суспільства також призвела до розробки нових альтернатив способу дистанційної освіти, поєднуючи знайомі освітні ресурси з інструментами інформаційно-комунікаційних технологій [4].

Єдиний спосіб представлення інформації будь-якого виду, можливість відкритого доступу до баз даних, оперативна обробка великих обсягів інформації стали основою створення глобального інформаційного простору, додали освіті такі якості, як відкритість, спрямованість на інтереси особистості, гнучкість індивідуалізованого навчання, варіативність освітніх програм. Таким чином, комп'ютерні засоби та телекомунікації стали основою нової технології дистанційного навчання.

Дистанційне навчання – це процес, при якому навчання здійснюється за допомогою інформаційних і телекомунікаційних технологій при територіальній роз'єднаності викладача і студента.



Як правило, система дистанційного навчання складається з двох етапів:

1. Проектування навчального процесу, в результаті чого необхідно вибрати модель та вид заняття, вибрати та структурувати зміст, супроводжуючі медіа компоненти, визначитися з формою контролю для вчителя і самоконтролю учнів, визначити форму і вигляд взаємодії вчителя.

2. Організація та проведення навчального процесу: організація діяльності викладача; організація діяльності учнів; організація різних видів взаємодії вчителя і учня; вибір педагогічних технологій і видів діяльності; організація контролю вчителя і самоконтролю учнів; створення методичних рекомендацій.

Розглядаючи педагогічні технології дистанційного навчання, в першу чергу, слід відмітити наступні: базова лекція, презентація; практичне заняття; навчання у співпраці (в малих групах); метод проектів; рольові і ділові ігри; ситуаційний аналіз; дискусії, "мозкова атака"; дослідні та пошукові методи. В даній роботі особлива увага буде приділена першим двом педагогічним технологіям, так як вони є основними у всіх закладах вищої освіти, як при очній формі навчання, так і при дистанційній формі. Для медичних університетів України значна увага приділяється тестовим ситуаційним завданням для підготовки до ліцензійного іспиту Крок 1, Крок 2, Крок 3.

Лекційне заняття в системі дистанційного навчання може представляти собою:

1.Набір сторінок та літератури з необхідним навчальним матеріалом, який студент повинен вивчити самостійно. Найпопулярнішою у світі формою таких лекцій є «Кейс» технологія, коли навчально-методичні матеріали чітко структуровані і відповідним чином скомплектовані в спеціальний набір («Кейс»). «Кейси» надаються переважно для самостійного вивчення з періодичними консультаціями з викладачем-консультантом.

2. Проведення відеоконференції, що сьогодні можливо провести за допомогою різноманітних програм (Skype, Zoom, Google meet, Microsoft Teams та ін. ). Лектор викладає матеріал, дистанційна аудиторія слухає, фіксує основні позиції, може вступати в діалог при кінці лекції.

3. Змішана форма, наприклад, лектор може читати лекції з використанням технологій відео конференції, яка може бути записана і після цього студент може самостійно вивчити матеріал. Також презентація може бути завантажена на постійної основі в «учбові матеріали» кафедри, курсу, групи, класу у випадку використання усім вищим учбовим закладом однієї платформи (наприклад, Microsoft Teams як основна програма у дистанційному навчанні на протязі року успішно діє в Одеському Національному медичному Університеті).

При проведенні лекційного заняття оформлення навчальних матеріалів, при наданні великого обсягу даних, текстів лекцій для дистанційного навчання рекомендується використовувати різноманітні графічні схеми і таблиці. Зокрема, «Графічні органайзери» активізують мислення студентів, вчать їх пов'язувати основні терміни по темі і робити незалежні спостереження про подібності і відмінності. Для висвітлення інформації на основі графічних схем можуть використовуватися наступні методи: «Кластер», «Пізнавальна карта», «Квітка лотоса», «Як?», «Чому?», «Діаграма Венна». Також можна використовувати вивчення навчальних матеріалів на основі методів МППВ (думка, причина, приклад, висновок), бліц-опитування.

Практичне заняття базується на наданні викладачем комунікативних завдань для студентів. Практичне заняття також може бути організоване як самостійна робота студента з періодичними консультаціями з викладачем на основі засобів відеозв'язку, певних чатів в різноманітних соціальних мережах, або спеціалізованих мережах начальних закладах, електронною поштою. При цьому студенти можуть відправляти будь-який цифровий контент: документи Word, електронні таблиці, зображення, аудіо- або відео файли, тематичні фотографії, рентгенограми тощо. Практичне заняття за допомогою різноманітних інформаційних технологій можна провести у вигляді форуму, дискусії, опитування для того, щоб налагодити контакт вчителя і студента і надати можливість навіть при дистанційному навчанні соціалізуватися і аргументовано висловлювати свою думку. При оцінюванні

виконаних завдань студентів викладач може залишати відгуки в вигляді коментарів, завантажувати файл з виправленими відповідями студента або аудіо-відгук.

Ці та інші педагогічні технології у дистанційному навчанні базуються в основному на мережевих технологіях, які використовують можливості Інтернету, як для забезпечення студентів навчально-методичним матеріалом, так і для інтерактивної взаємодії між викладачем і студентами. Слід відмітити, що впровадження можливостей дистанційного навчання з використанням різноманітних педагогічних технологій є доцільним в закладах фізкультурного профілю, де студенти та викладачі не завжди мають змогу бути присутніми на аудиторних заняттях, що пов'язано з тривалими тренуваннями та іншими видами спортивного навантаженням.

Дистанційне навчання є дуже популярним у вищих учбових закладах різного напрямку і воно набирає обертів у своєму розвитку, тому що студенти хочуть необмеженого доступу до навчання незалежно від часу і місця. Але не дивлячись на це, викладачі цінують особисте спілкування. Тому сьогодні для того щоб задовольнити потреби кожної сторони застосовується переважно асинхронний дизайн курсів, при якому структура і діалог оптимально збалансовані. Асинхронні навчальні мережі, надають студентам бажану гнучкість при спільній роботі, проблемно-орієнтована техніка створює основу для кращого викладання матеріалів.

**Висновки.** Сучасний навчальний процес потребує впровадження нових форм роботи та широкого використання інформаційно-комунікаційні технології для отримання необхідної інформації. І сьогодні дистанційне навчання стає важливим напрямком в інноваційній діяльності ЗВО. При цьому педагогічні технології повинні бути обрані так, щоб студенти не тільки заучувати напам'ять матеріал, а й творчо підходили до нього. Таким чином, розглянуті технологічні засоби, форми і технології допомагають спроектувати найбільш оптимальний педагогічний сценарій для ефективного процесу навчання.

#### Список використаних джерел:

1. Расулова З.Д. Програмные инструменты – важный фактор развития творчества учащихся. *Вестник науки и образования*. 2020. 99:21. С. 33-36.
2. Расулова З.Д. Эффективность дистанционной организации процессов обучения в высшем образовании *Academy*. 2020. 62:11 С. 31-34.
3. Boboeva M.N., Rasulov T.H. The method of using problematic equation in teaching theory of matrix to students *Academy*. 2020. 55:4 С. 68-71.
4. Haddad M.E.O., Ferreira N.S.C., Faria A.A. The Use of Educational Technologies in Distance Education—Enabling the Appropriation of Teaching and Learning Process. *Open Journal of Social Sciences*. 2014. Vol 2. P.54-58. URL: <http://dx.doi.org/10.4236/jss.2014.21006>
5. Anderson T., Rivera-Vargas P. A Critical look at Educational Technology from a Distance Education Perspective. *Digital Education Review*. Number 37. 2020. P.2008 -229 URL:<http://greav.ub.edu/der/>
6. Тимошенко О.В., Дьоміна Ж.Г. Інформатизація процесу підготовки майбутніх фахівців у галузі фізичного виховання та спорту. *Сучасні біомеханічні та інформаційні технології у фізичному вихованні і спорті*: Матеріали V Всеукраїнської електронної конференції, НУФВСУ, 2017. С. 108-110
7. Бишевец Н. Сергієнко К. Основи проектування технологічних інновацій у вищих навчальних закладах фізкультурного профілю. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2006. №1. С.79-81.
8. Шмирова О. В. Зелінська В. А. Роль інформаційно-комунікаційних технологій на сучасному етапі інформатизації освіти. *Молодий вчений*. 2017. № 5. С. 455- 458.