

3. Grebeniuk I. Psychological and social aspects of depression in students under conditions of military conflict. *The Journal of V.N. Karazin Kharkiv National University, Series: Psychology Kharkiv*, 2019;. 64; P. 32-40.
4. Dashkevych O. The role of social support in preventing depression among students. *The Journal of Taras Shevchenko National University of Kyiv, Series: Psychology Kyiv*, 2020; 64; P. 27-32.
5. Litvinenko I. Features of the manifestation of depressive disorders among students. Kyiv: Publishing house of the National Academy of Medical Sciences of Ukraine. Series: Psychiatry, 4(82); 2020. P. 97-103.

Цитування на цю статтю:

Товт ВА, Хома ТВ. Особливості формування адаптаційних реакцій до фізичного навантаження в учнів молодшого шкільного віку. Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. 2023 Березень 28; 39: 71-75

Відомості про автора:

Церетелі Вікторія Олександрівна – викладач кафедри фізичного виховання Національного технічного університету “Харківський політехнічний інститут” (Харків, Україна)

e-mail: viktoriya.tsereteli@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0006-6917-9784>

Юшко Олексій Володимирович – кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри фізичного виховання Національного технічного університету “Харківський політехнічний інститут” (Харків, Україна)

e-mail: evavit@ukr.net

<https://orcid.org/0000-0003-3812-292X>

Грзєлідзе Сергій Рєпатович – доцент кафедри фізичного виховання Національного технічного університету “Харківський політехнічний інститут” (Харків, Україна)

e-mail: ripatovich@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-2857-7771>

УДК 378.011.3-057.175:78].018.43:159.944
doi: 10.15330/fcult.39.75-84

Микола Шаповалов,
Руслана Сушко

ДИСТАНЦІЙНЕ НАВЧАННЯ ЯК ПРИЧИНА ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ ВИКЛАДАЧІВ ЗВО З ПРАКТИЧНИХ ДИСЦИПЛІН ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Для викладачів закладів вищої освіти взагалі, а фахівців, які організують практичні заняття з дисциплін фізичного виховання особливо, дистанційне навчання стало потужним професійним викликом і актуальним питанням пошуку творчих підходів для ефективного освітнього процесу від початку пандемії та є визначеною темою досліджень сьогодення через воєнний стан. Викладач має значну кількість перешкод і чинників, що викликають не лише психо-емоційний стрес через незвичні обставини менш досконалого освітнього процесу через практичну складову, але й, як наслідок, професійне вигорання спеціаліста, що негативно відобразиться на його здоров'ї і якості підготовки студентів. **Мета** – обґрунтувати проблему виникнення і визначити рівень професійного вигорання викладачів ЗВО з практичних дисциплін фізичного виховання під час дистанційного освітнього процесу в умовах кризових явищ. **Методи дослідження:** аналіз та узагальнення даних науково-методичних літературних джерел і інформативних даних мережі Інтернет, анкетування за допомогою модифікованого опитувального. **Результати.** У дослідженні взяли участь 20 досвідчених викладачів практичних дисциплін фізичного виховання закладів вищої освіти міст Києва, Запоріжжя, Львова, Дніпра. Виявлено рівень їх професійного вигорання на підставі проведеного анкетування з метою виявлення і оцінки якісних характеристик негативної і позитивної сторін психологічного стану під час проведення практичних дисциплін дистанційно. **Висновок.** Викладач-практик додатково обтяжений посиленням відповідальності за якість надання освітніх послуг через специфіку викладання практичних занять з фізичного виховання дистанційно, що посилює психологічний тиск на особистість. Результати визначення рівня виникнення професійного вигорання під час дистанційного освітнього процесу характеризують існування проблеми: 45 % фахівців, а саме 9 осіб з низьким рівнем (1-26 балів), 55 % фахівців, а саме 11 осіб, у середнім рівнем (27 – 53 балів), у вибірці відсутні викладачі з високим рівнем (54 – 80 балів).

Ключові слова: фізична культура, викладач, дистанційне навчання, професійне вигорання.

For teachers of higher education institutions in general, and specialists who organize practical classes in physical education in particular, distance learning has become a powerful professional challenge and an urgent issue of finding creative approaches for an effective educational process since the beginning of the pandemic and a topic of research due to the martial law. The practicing PE teacher has a significant number of obstacles and factors that cause not only psycho-emotional stress due to the unusual circumstances of the less perfect practical component of the educational process, but also, as a result, professional burnout of the specialist, which will negatively affect his health and the quality of student training.

The aim is to substantiate the problem of emergence and determine the level of professional burnout of the higher education institutions' teachers in the practical disciplines of physical education while distance educational process in the conditions of crisis phenomena.

Research methods: analysis and generalization of data from scientific and methodological literary sources and the Internet resources, questionnaires using a modified questionnaire.

Results. 20 experienced PE teachers of practical disciplines from higher education institutions in the cities of Kyiv, Zaporizhzhia, Lviv, and Dnipro took part in the study. The level of their professional burnout was revealed based on a questionnaire conducted in order to identify and assess the qualitative characteristics of the negative and positive sides of the psychological state during the implementation of practical disciplines remotely.

Conclusion. The practicing PE teacher is additionally burdened with increased responsibility for the quality of providing educational services due to the specifics of teaching physical education classes remotely, which increases the psychological pressure on the individual. The results of determining the level of professional burnout during the distance educational process characterize the existence of the problem: 45% of specialists, namely 9 people with a low level (1-26 points), 55% of specialists, namely 11 people with an average level (27-53 points), there are no teachers in the sample with a high level (54 - 80 points).

Key words: physical culture, PE teacher, distance learning, professional burnout.

Постановка проблеми й аналіз результатів останніх досліджень. Визначення науковців, які вивчають психологічні напрямки педагогічної сфери об'єднані характеристиками складності освітньо-виховного процесу фізичного виховання [5, 8, 13]. Вагомого психологічного тиску додають сучасні реалії, що провокують бурхливий розвиток дистанційного навчання через вимушені обставини, пов'язані з пандемією і локдаунами, війною і відсутністю безпечних умов перебування у освітніх закладах [10, 19]. Попри професійні виклики [6, 7] комп'ютерної грамотності та ораторського мистецтва тримати концентрацію аудиторії онлайн, додалися оновлені аспекти контролю за процесом набуття знань, вмінь та навичок і відповідальність за дотримання правил безпеки дистанційно [11, 15]. Автори досліджень всебічно опікуються питаннями професійного вигорання у різних сферах, визнаючи потребу у запобіганні і профілактиці появи синдрому "професійного вигорання" [2, 4, 12]. Пошук шляхів вивчення і ефективного усунення проблем, пов'язаних з появою дистанційного освітнього процесу сприяв появі додаткових чинників стресу, що обтяжують професійну діяльність фахівців галузі фізичної культури і спорту (ФКіС) практичним викладанням фізичного виховання дистанційно [9, 14, 20]. Комунікація зі студентами викладачів закладів вищої освіти (ЗВО), які викладають практичні дисципліни, диктує низку вимог:

- високий запит на якість освіти, враховуючи переважну більшість студентів за контрактною формою навчання;
- спрямованість на практико-орієнтоване навчання і анонсовані у освітньо-професійних програмах заходи досягнення результатів навчання не змінюються від вимушеної форми подачі матеріалу онлайн;
- загальна втома і обґрунтований нервовий стан всіх учасників освітнього процесу від нав'язаного способу взаємодії через карантинні обмеження і війну;
- нестабільні умови проведення занять через можливу відсутність електропостачання і інтернет-зв'язку, а відтак потреба гнучкого реагування на обставини, швидкі рішення і корекція планів роботи на практичних заняттях.

Зазначені вище особливості роботи викладачів потребують визначення і конкретизації психологічного стану фахівців, що обумовило організацію даного дослідження.

Мета дослідження – обґрунтувати проблему виникнення і визначити рівень професійного вигорання викладачів ЗВО з практичних дисциплін фізичного виховання під час дистанційного освітнього процесу в умовах кризових явищ.

Методи й організація дослідження. У дослідженні взяли участь 20 викладачів ЗВО практичних дисциплін закладів вищої освіти міст Києва, Запоріжжя, Львова, Дніпра, які є діючими науковцями, мають значний вплив на розвиток галузі фізичної культури і спорту, високий рівень педагогічного професіоналізму та майстерності, кандидати/доктори наук з фізичного виховання і спорту (доценти/професори). У дослідженні застосовано аналіз та узагальнення даних науково-методичних літературних джерел і інформативних даних мережі Інтернет, проведено анкетування за допомогою модифікованого опитувальника. Анкету складено з урахуванням відомих методик і тестів [1, 3, 17, 18], запропонованих практичними лікарями та науковцями, запитань для визначення синдрому “професійного вигорання”. 20 питань анкети для визначення рівня ризику виникнення синдрому “професійного вигорання” викладачів ЗВО з практичних дисциплін, сформовано і адаптовано до особливостей специфіки практичної роботи під час дистанційного навчання. Відповіді респондентів за двома блоками (по 10 питань), спрямованими на визначення негативної і позитивної сторін психологічного стану фахівців оцінено за шкалою градації: “постійно”, “часто”, “іноді”, “рідко”, “ніколи” (табл. 1). Підсумкова характеристика результатів анкетування кожного респондента дозволила визначити відповідність рівню професійного вигорання (низький, середній, високий). Аналіз та обчислення результатів анкетування виконано узагальнено для визначення тенденцій обраної вибірки спеціалістів різних ЗВО та за окремими питаннями.

Фахівці надали згоду щодо участі у дослідженні згідно біоетичним нормам Гельсінської декларації Всесвітньої медичної асоціації “Етичні принципи медичних досліджень за участю людини у якості об’єкта дослідження” (latest version 1.10.2008 Helsinki Declaration, 2008) [16].

Таблиця 1

Шкала оцінки рівня професійного вигорання викладача ЗВО галузі фізичної культури і спорту

Блок 1 – негативна сторона психологічного стану під час проведення практичних дисциплін онлайн викладачем у галузі ФКіС				
А – постійно (4 бали)	Б – часто (3 бали)	В – іноді (2 бали)	Г – рідко (1 бал)	Д – ніколи (0 балів)
Блок 2 – позитивна сторона психологічного стану під час проведення практичних дисциплін онлайн викладачем у галузі ФКіС				
А – постійно (0 балів)	Б – часто (1 бал)	В – іноді (2 бали)	Г – рідко (3 бали)	Д – ніколи (4 бали)
Підсумкова характеристика результатів анкетування				
низький рівень		від 1 – до 26 балів		
середній рівень		від 27 – до 53 балів		
високий рівень		від 54 – до 80 балів		

Результати дослідження. Першим питанням щодо “відчуття викладачами емоційного спустошення і виснаження після проведення заняття онлайн через незасвоєння матеріалу, чи формальне ставлення студентів” встановлено, що кожен з вибірки мав такі відчуття під час дистанційного навчання. 30 % викладачів відповідями “постійно” (2), “часто” (4) визначили це явище постійним, підтвердивши концентрацію стресу і емоційної напруги під час викладання практичних дисциплін. Попри відсутність системного психо-емоційної навантаження, 70 % респондентів відповідями “іноді” (9) і

“рідко” (5) вказали про наявність подібного явища. І хоча визначено відсутність кумулятивного ефекту (Munroe effect), освітяни зазнають різкого стресу, що може призводити до стрімкого розвитку синдрому “професійного вигорання”.

У другому питанні порівнювались відчуття офлайн/онлайн взаємодії зі студентами і опитані визначились щодо “частоти відчуття викладачем відсутності сил після декількох практичних занять дистанційно”. Констатуємо, що 19 респондентів визнали це явище присутнім у робочому процесі, 5 із яких відповіддю “часто” відзначили руйнівну стабільність для психо-емоційного здоров’я і відсутність сил після робочого дня. Зазначимо, що 14 респондентів (70 %) вказали, що це явище має ситуативний характер.

Третє питання опитувальника сформоване визначенням бажання викладача знайти причину відмінити практичне заняття дистанційно, де під час аналізу отриманих результатів встановлено, що у 65 % респондентів виникала подібна психологічна потреба, а відповіддю “часто” двоє фахівців підкреслили частоту явища, шкідливого з урахуванням необхідності постійного розвитку професіонала галузі фізичної культури і спорту. 11 респондентів вказали відповідь “рідко”, визнаючи випадковий характер бажання, проте “ніколи” від 7 викладачів свідчить про перевагу педагогічної відповідальності.

Аналіз відповідей на четверте питання щодо “виникнення почуття розчарування та втрати мотивації до роботи через відсутність очікуваної взаємодії та зворотного зв’язку під час практичних занять дистанційно зі студентами спеціальності фізична культура і спорт” надав підстави стверджувати, що переважну більшість фахівців (17 із 20) виснажують такі відчуття, що ускладнюють процеси психологічного відновлення, а їх накопичення спрямовує особистість до розвитку синдрому “професійного вигорання”, впливаючи на якість освітнього процесу: “постійно” (1), “часто” (4); “іноді” (8), “рідко” (4).

75 % вибірки опитаних у п’ятому питанні саме дистанційність навчання визначили причиною наявності відчуття байдужості, формальності та можливості втрати інтересу до проведення практичних занять: 3 особи відповіддю “часто” вказали на постійність відчуття; 12 осіб відповідями “іноді” (5) і “рідко” (7) вказали на їх випадковість. Аналізуючи відверті відповіді кваліфікованих викладачів доречно зазначити, що творчий пошук якісного викладання практичних дисциплін несумісний з визначеними відчуттями, а вразливість професійного ставлення через дистанційну передачу знань і досвіду може призвести до розвитку синдрому “професійного вигорання”.

У шостому питанні відповіддю “ніколи” 10 респондентів віддали перевагу педагогічній відповідальності, вказавши на відсутність відчуття, що онлайн навчання не потребує значної кількості підготовки, бо є ірраціональним і не відповідає запиту на очікуваний результат. Справжній професіонал попри умови роботи не дозволяє собі послаблень у підготовці до занять, проте 50 % визнали психологічну залежність від ситуації і послаблення вимог до себе через дистанційне викладання дисциплін, що вказує на тенденцію до професійного виснаження і подальшого професійного вигорання.

Сьоме питання стосувалось зниження самооцінки, що спричинено проблемами дистанційного навчання, коли викладач відчуває себе непрофесійним та малокомпетентним під час проведення практичних занять через халатне ставлення студентів до навчання або їх несприйняття матеріалу за максимуму докладених зусиль для ефективного освітнього процесу. Встановлено, що 65 % освітян вищої школи зіштовхувались з зазначеними явищами під час роботи. 7 осіб відповіддю “ніколи” висловили непохитну впевненість у власних силах, а також готовність до викликів практичної онлайн комунікації зі студентами.

Виникнення стану фрустрації у восьмому питанні визнали 18 освітян під час проведення практичних занять дистанційно, з них 11 фахівців вказали це системним явищем – “постійно” (1) і “часто” (10), що свідчить про значну кількість перешкод під час проведення практичних дисциплін. Ефективна реалізація запланованої роботи онлайн більш чуттєва до впливу чинників, які гнучко нівелюються в очному освітньому середовищі. На відчуття розбіжності між реальністю і очікуваннями значуще впливають ознаки реалій сьогодення: відсутність енергопостачання, нестабільна мережа інтернет, небезпека життю студентів, що спричиняє вимушені і неконтрольовані пропуски занять тощо. Якісна підготовка викладачем до занять і водночас не реалізація запланованого не сприяє підтримці стабільного емоційного фону, а в сукупності з побутовими турботами впродовж тривалого терміну провокує розвиток синдрому “професійного вигорання”.

Дев'яте питання дозволило встановити якісні ознаки втрати мотивації та інтересу до роботи у викладачів під час дистанційного навчання, коли очевидними є фактори, які унеможливають якісне проведення практичних дисциплін. 17 педагогів вказали на присутність зазначених відчуттів, 5 з них вказали на постійність явища, 8 осіб – “іноді” і 4 – “рідко”.

В останньому питанні першого блоку розглянуто виникнення у викладачів роздратування та емоційно-психологічного стресу через комунікацію із студентами дистанційно. 80 % респондентів вказали на існування таких відчуттів, проте виявлена ситуативна природа виникнення: 8 “іноді”, 7 “рідко”.

Десять питань першого блоку анкетування, що сформовані для висвітлення негативної сторони психологічного стану під час проведення практичних дисциплін онлайн викладачами галузі ФКіС, графічно представлені (рис. 1) у відповідності до п'яти-ступеневої градації від “постійно” до “ніколи”. Очевидною є мінімальність відповідей “постійно” і явна меншість відповідей “часто”, що нівелюють стабільність граничних негативних явищ психологічного стану викладачів, проте загалом мають потужне представлення відповіді “іноді” і “рідко”, підживлені негативними базовими емоціями злості, страху, смутку, сорому, відрази. Кількісні характеристики їх наявності можуть свідчити про початковий етап розвитку професійного вигорання.

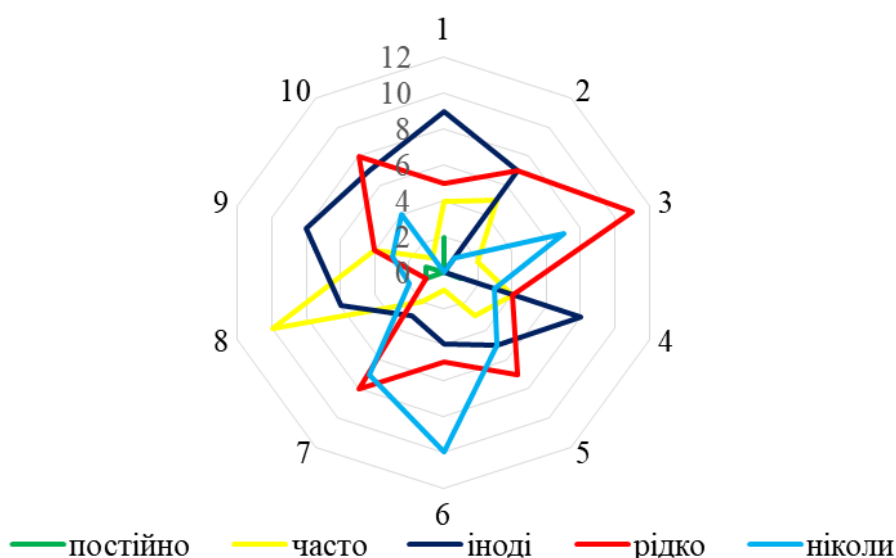


Рис. 1. Результати анкетування викладачів ЗВО з питань виникнення синдрому “професійного вигорання”, блок 1, (n-12), де осі 1-10 характеризують кількісні значення відповідей на питання першого блоку анкети

Другий блок анкети, сформований за нумерацією 11-20 питаннями, сприяв виявленню якісних характеристик позитивної сторони психологічного стану викладачів ЗВО практичних дисциплін під час проведення уроків дистанційно, де відповіді, що означають постійність явищ віддаляють спеціаліста від “професійного вигорання”, і навпаки перевага відповідей “рідко” і “ніколи” означає можливість виникнення синдрому (рис. 2).

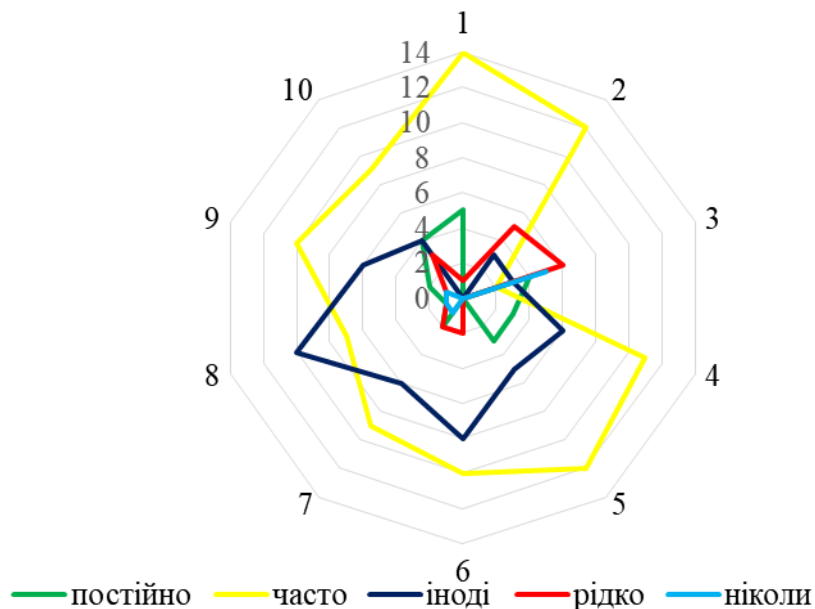


Рис. 2. Результати анкетування викладачів ЗВО з питань виникнення синдрому “професійного вигорання”, блок 2, (n-12), де осі 1-10 характеризують кількісні значення відповідей на питання другого блоку анкети

В одинадцятому питанні визначено активність пошуку викладачами нових підходів, методів та форм викладання для заохочення і підтримки інтересу студентів спеціальності фізична культура і спорт під час дистанційного навчання. Аналіз статистичних показників дозволяє підсумувати, що 95 % респондентів знаходять натхнення до постійного саморозвитку з метою удосконалення освітнього процесу, адже дистанційне навчання має особливі умови, що складно узгоджується з режимом роботи онлайн.

Дванадцятим питанням щодо “відчуття піднесення, мотивації та натхнення з боку викладачів під час проведення практичних занять дистанційно” визначено, що 12 освітян відповідями “часто” підкреслюють постійність відчуттів, що викликано позитивними спогадами і є якісним показником профілактики “професійного вигорання”. Але варто зазначити, що 8 респондентів вказали відповідями “іноді” (3), “рідко” (5), що ці відчуття є для них нестабільними і винятковими.

На підставі отриманих результатів на провокативне тринадцяте питання “чи проводять викладачі паралель однакової значущості між очним і онлайн проведенням практичних занять для студентів спеціальності фізична культура і спорт” констатуємо, що 70 % фахівців визнають невідповідність: 5 осіб зазначили її відповіддю “ніколи”, 6 осіб – “рідко” і 3 – “іноді”. Це створює передумови рефлексії на знецінення праці педагога і, як наслідок, психо-емоційного стресу фахівця.

У чотирнадцятому питанні вивчено частоту використання викладачами інноваційних технологій, програм та сервісів для ефективного реалізації онлайн навчання студентів спеціальності фізична культура і спорт. Нестандартна самореалізація дистанційно притаманна 14 респондентам (70 % вибірки), що символізує професіоналізм викладачів у складних умовах, обмежених онлайн навчанням, проте 6 із 20 респондентів вказали відповіддю “іноді” про неоднозначність спрямованості професійно прогресувати.

П'ятнадцяте питання покликане визначити наявність впевненості у власних силах в дистанційному форматі освіти і переконанні про можливість вирішувати завдання/проблему, яка виникає під час дистанційного навчання зі студентами. 75 % викладачів відчують оперативну готовність до вирішення спонтанно виникаючих проблем різного рівня. 5 педагогів відповіддю “іноді” визнали непевність у керуванні ситуацією і можливості вплинути на її вирішення. Звісно, впевненість погляду на гіпотетичну ситуацію не свідчить про реалістичність подальшої відповідної дії, проте скута стартова позиція свідчить про відсутність позитивної перспективи.

Вимогливий до себе і студента викладач не може бути цілковито задоволеним якістю освітнього процесу, знаходячись у постійному пошуку досконалості, проте шістнадцяте питання сприяло з'ясуванню “як часто позитивні емоції відчуває викладач підводячи підсумки проведення дистанційного навчання студентів спеціальності фізична культура і спорт”. Половина респондентів вказали на постійність загального позитивного результату, але 8 осіб охарактеризували відчуттям “іноді” і 2 викладачі – “рідко”, що свідчить про негативну ефективність проведення занять онлайн, а у наслідку відсутність позитивних емоцій від проведеної роботи і спрямування дієвої особистості до професійного вигорання.

У сімнадцятому питанні 11 респондентів відповідями “постійно” (2) і “часто” (9) вказали на позитивну тенденцію щодо відчуття викладачами впевненості у виконанні професійних обов'язків під час дистанційного навчання на однаковому рівні, порівняно з очним. Однак, 9 респондентів відповідями “іноді” (6), “рідко” (2), “ніколи” (1) спростували присутність відчуття впевненості цих викладачів у своїх силах, що спричинено складними умовами організації практичного освітнього процесу дистанційно і емоційним стресом, що додатково психологічно тисне на відповідального фахівця.

Вісімнадцятим питанням з'ясовано “чи відчуває викладач, що зможе викласти повноцінно матеріал онлайн, який потребує викладання на практичному занятті очно?”. Встановлено, що 60 % вибірки відповідями “іноді” (10), “рідко” (1) і “ніколи” (1) висловили непевненість у реалізації запланованого в той час, як 8 фахівців відзначили впевненість у власних силах.

У дев'ятнадцятому питанні 12 викладачів вказали на постійну присутність “легкості у боротьбі з емоційними проблемами і стресом під час проведення практичних занять онлайн”. Вміння ізолюватись від психологічного негативу для ефективного вирішення освітніх задач приходить з досвідом, проте 8 респондентів відповідями “іноді”(6), “рідко”(1), “ніколи”(1) визнали існування проблем, що для них асоціюється з емоційною напругою і, зазвичай, тільки відтерміновує професійне вигорання.

Завершальним питанням другого блоку стало визначення якісних характеристик відчуття стресу, страху та тривожності викладачами через дистанційність освітнього процесу. 13 респондентів з 20 вказали на відсутність стресу, та тривожності через дистанційність освітнього процесу, що є позитивним показником, адже педагоги готові до викликів і умов, які постають перед ними для ефективного вирішення освітніх завдань. Інші фахівці відповідями “іноді” (4), “рідко” (3) вказали на періодичність виникнення негативного відчуття психологічної напруги, що може стимулювати професійне вигорання викладача ЗВО.

Підсумкове обчислення проведеного анкетування відповідно шкали для визначення рівня професійного вигорання 20 викладачів ЗВО під час проведення практичних занять дистанційно такий:

- низький рівень ризику виникнення синдрому “професійного вигорання” (1-26 балів) – 9 осіб, з результатами 25 балів, 25 балів, 22 бали, 26 балів, 20 балів, 17 балів, 21 бал, 8 балів, 24 бали;

- середній рівень ризику виникнення синдрому “професійного вигорання” (27 – 53 балів) – 11 осіб, з результатами 28 балів, 45 балів, 35 балів, 49 балів, 27 балів, 40 балів, 29 балів, 49 балів, 36 балів, 30 балів, 32 бали;

високий рівень ризику виникнення синдрому “професійного вигорання” (54-80 балів) – 0 осіб.

Дискусія. Отримані результати представлено дослідження корелюють з результатами визначення рівня ризику виникнення синдрому “професійного вигорання” у вчителів фізичної культури закладів середньої освіти (ЗСО) [15]. Відмінністю анкет для вчителів ЗСО й викладачів ЗВО стала адаптація питань через різну специфіку роботи: контингент, рівень відповідальності через особливості сприйняття з урахуванням вікових характеристик учнів/студентів, спеціалізація та особливості змісту роботи. Спільний акцент, зроблений саме на емоційній та психологічній стороні професійної діяльності через призму позитивних та негативних проявів, надає підстави підсумувати, що всіх фахівців об’єднують спільні проблеми, пов’язані з викладанням практичних занять дистанційно, що підтверджено напрацюваннями авторів інших науково-методичних праць зі спрямованістю на вивчення психологічних проблем, пов’язаних з професійним вигоранням освітян [5, 8, 12].

Висновок. Доведено дослідженнями науковців наявність професійного вигорання викладачів ЗВО посилюється сучасними вимогами до проведення навчання дистанційно з урахуванням кризових явищ (пандемія і війна). Викладач-практик додатково обтяжений посиленням відповідальності за якість надання освітніх послуг через специфіку викладання практичних занять з фізичного виховання дистанційно. Водночас констатуємо, що результати визначення рівня виникнення професійного вигорання серед 20 викладачів ЗВО з практичних дисциплін фізичного виховання під час дистанційного освітнього процесу характеризують існування проблеми: 45 % фахівців, а саме 9 осіб з низьким рівнем (1-26 балів), 55 % фахівців, а саме 11 осіб, з середнім рівнем (27–53 балів). Відсутність осіб з високим рівнем професійного вигорання у даній вибірці обґрунтовано пояснюємо рівнем кваліфікації респондентів, їх професіоналізмом, стресостійкістю і готовністю долати виклики сьогодення.

Перспективи подальших досліджень у даному напрямку ґрунтуються на вивченні специфіки дистанційного навчання в освітньому процесі фахівців галузі фізична культура і спорт.

1. Афанасенко Л., Мартинюк І., Омельченко Л., Шамне А., Шмаргун В., Яшник С. Психологія стресостійкості студентської молоді / за заг. ред. В. Шмаргуна. К: Видавничий центр НУБіП України, 2019. 203 с.
2. Бутиріна М., Новолаєв А. Шляхи попередження “професійного вигорання” педагогів. Донбаський державний педагогічний університет, 2016. URL: <http://dspu.edu.ua/hsci/wp-content/uploads/2017/11/015-33.pdf>.
3. Коныхіна А.В., Гаврик І.Л., Гриценко Н.В., Гутенко Д.М., Коропченко Н.М., Обравит О.М., Полякова В.С., Сухомлин Л.Г., Усик Ю.С., Чорний О.І. Емоційне вигорання педагогів. Суми: методичний кабінет відділу освіти Сумської районної державної адміністрації, 2016. 60 с.
4. Льошенко О., Кондратьєва В. Діагностика, профілактика, корекція синдрому “емоційного вигорання”. Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки. 2021; 10: 105-112.
5. Олійник І.В. Причини виникнення та профілактика синдрому професійного вигорання у педагогів. Вісник університету імені Альфреда Нобеля. Педагогічні науки. 2017; 1 (13): 118-125.
6. Підлипняк І. Ю., Дука Т. М. Професійне вигорання педагогів : профілактика та подолання. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова, Серія 05. Педагогічні науки: реалії та перспективи. 2019; 69: 175-179.
7. Поджіо Т.Ю. Аналіз психодіагностичного інструментарію для дослідження професійного вигорання науково-педагогічних працівників закладів вищої освіти. Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія. 2021; 32(71)3: 88-92.
8. Прокопенко, І. А. Професійне вигорання педагогів як психолого-педагогічна проблема. Наукові записки кафедри педагогіки. 2019; 1(45): 59-64. <https://doi.org/10.26565/2074-8167-2019-45-07>.

9. Рябинчук І., Сушко Р.О. Особливості дистанційного навчання майбутніх викладачів фізичного виховання в умовах пандемії коронавірусу. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 2021; 5(136): 98-102.
10. Слободянюк А. Рівень задоволеності та залученість студентів до дистанційного навчання під час карантину: матеріали міжнарод. наук.-практ. конф. Одеса, 2020: 71-74.
11. Слухенська Р., Куліш Н., Маланій В., Бамбурак В. Фізичне виховання у ВНЗ в умовах карантинних обмежень у 2020 році. Науково-фахове видання "Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах". 2020; 73(2): 194-197.
12. Урбанович В.А., Штифурак В.Є. Психологічне обґрунтування синдрому професійного вигорання. Вінницький торговельно-економічний інститут Київського національного торговельно-економічного університету, "Молодий вчений". 2018; 5 (57): 27-30.
13. Черненко С., Олійник О., Сорокін Ю., Коваль О. Характеристика освітнього процесу підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту. Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. 2020; 36: 86-94. DOI: <https://doi.org/10.15330/fcult.36.86-94>.
14. Шаповалов М., Сушко Р. Дистанційне навчання як форма проведення уроків фізичної культури. V Міжнародна наукова конференція з нових тенденцій у науці та освіті (Рим, Італія). 2021: 438-440.
15. Шаповалов М., Сушко Р. Дистанційне навчання як причина професійного вигорання вчителів фізичної культури. Спортивна наука та здоров'я людини. 2023; 1(9): 189-201. DOI:10.28925/2664-2069.2023.114.
16. Helsinki Declaration of the World Medical Association "Ethical principles of medical research with human participation as an object of study", 2008. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/990_005#Text.
17. Maslach C., Leiter M.P. How to Measure Burnout Accurately and Ethically. HBR. Guide to Beating Burnout. March 19, 2021. URL: <https://hbr.org/2021/03/how-to-measure-burnout-accurately-and-ethically>
18. MayoClinic. Job burnout: How to spot it and take action. 2021. URL: <https://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/adult-health/in-depth/burnout/art-20046642>.
19. Regina Celia A. Silva, Vera Lucia de F. F. e Silva, André Pontes Silva. Distance learning for teaching in physical education. Universidade Federal do Maranhão. Motriz. Revista de Educação Física, 2019: 25(1). DOI: 10.1590/s1980-6574201900010002.
20. Shapovalov M., Sushko R. Peculiarities for the online teaching process organisation as a form of physical training lessons. Slobzhanskyi herald of science and sport. 2021; 9(1): 76-8.

References

1. Afanasenko L., Martyniuk I., Omelchenko L., Shamne A., Shmarhun V., Yashnyk S. Psykhohiia stres-stiikosti studentskoi molodi / za zah. red. V. Shmarhuna. K: Vydavnychi tsestr NUBiP Ukrainy, 2019. 203 s.
2. Butyrina M., Novolaiev A. Shliakhy poperedzhennia "profesiinoho vyhorannia" pedahohiv. Donbaskyi derzhavnyi pedahohichni universytet, 2016. URL: <http://dspace.edu.ua/hsci/wp-content/uploads/2017/11/015-33.pdf>.
3. Koniakhina A.V., Havryk I.L., Hrytsenko N.V., Hutenko D.M., Koropchenko N.M., Obravyt O.M., Poliakova V.S., Sukhomlyn L.H., Usyk Yu.S., Chornyi O.I. Emotsiine vyhorannia pedahohiv. Sumy: metodychni kabinet viddilu osvity Sumskoi raionnoi derzhavnoi administratsii, 2016. 60 s.
4. Loshenko O., Kondratieva V. Diahnostyka, profilaktyka, korektsiia syndromu "emotsiinoho vyhorannia". Visnyk Lvivskoho universytetu. Seriiia psykhohohichni nauky. 2021; 10: 105-112.
5. Oliinyk I.V. Prychyny vynyknennia ta profilaktyka syndromu profesiinoho vyhorannia u pedahohiv. Visnyk universytetu imeni Alfreda Nobelia. Pedahohichni nauky. 2017; 1 (13): 118-125.
6. Pidlypniak I. Yu., Duka T. M. Profesiine vyhorannia pedahohiv : profilaktyka ta podolannia. Naukovyi chasopys Natsionalnogo pedahohichnogo universytetu imeni M.P. Drahomanova, Seriiia 05. Pedahohichni nauky: realii ta perspektyvy. 2019; 69: 175-179.
7. Podzhio T.Iu. Analiz psykhodiahnostychnoho instrumentarii dlia doslidzhennia profesiinoho vyhorannia naukovy-pedahohichnykh pratsivnykiv zakladiv vyshchoi osvity. Vcheni zapysky TNU imeni V.I. Vernadskoho. Seriiia: Psykhohiia. 2021; 32(71)3: 88-92
8. Prokopenko, I. A. Profesiine vyhorannia pedahohiv yak psykhohoho-pedahohichna problema. Naukovi zapysky kafedry pedahohiky. 2019; 1(45): 59-64. <https://doi.org/10.26565/2074-8167-2019-45-07>.
9. Riabynchuk I., Sushko R.O. Osoblyvosti dystantsiinoho navchannia maibutnykh vykladachiv fizychnoho vykhovannia v umovakh pandemii koronavirusu. Naukovyi chasopys NPU im. M. P. Drahomanova. Seriiia 15: Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport). 2021; 5(136): 98-102.
10. Slobodianiuk A. Riven zadovolnosti ta zaluchenist studentiv do dystantsiinoho navchannia pid chas karantynu: materialy mizhnarod. nauk.-prakt. konf. Odessa, 2020: 71-74.
11. Slukhenska R., Kulish N., Malanii V., Bamburak V. Fizychno vykhovannia u VNZ v umovakh karantynnykh obmezhen u 2020 rotsi. Naukovo-fakhove vydannia "Pedahohika formuvannia tvorchoi osobystosti u vyshchii i zahalnoosvitnii shkolkakh". 2020; 73(2): 194-197.

12. Urbanovych V.A., Shtyfurak V.Ie. Psykholohichne obgruntuvannya syndromu profesiinoho vyhorannia. Vinnytskyi torhovelno-ekonomichnyi instytut Kyivskoho natsionalnoho torhovelno-ekonomichnoho universytetu, "Molodyi vchenyi". 2018; 5 (57): 27-30.
13. Chernenko S., Oliinyk O., Sorokin Yu., Koval O. Kharakterystyka osvithnoho protsesu pidhotovky maibutnikh fakhivtsiv z fizychnoi kultury i sportu. Visnyk Prykarpatskoho universytetu. Fizychna kultura. 2020; 36: 86-94. DOI: <https://doi.org/10.15330/fcult.36.86-94>.
14. Shapovalov M., Sushko R. Dystantsiine navchannia yak forma provedennia urokiv fizychnoi kultury. V Mizhnarodna naukova konferentsiia z novykh tendentsii u nautsi ta osviti (Rym, Italiia). 2021: 438-440.
15. Shapovalov M., Sushko R. Dystantsiine navchannia yak prychna profesiinoho vyhorannia vchyteliv fizychnoi kultury. Sportyvna nauka ta zdorovia liudyny. 2023; 1(9): 189-201. DOI:10.28925/2664-2069.2023.114.
16. Helsinki Declaration of the World Medical Association "Ethical principles of medical research with human participation as an object of study", 2008. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/990_005#Text.
17. Maslach C., Leiter M.P. How to Measure Burnout Accurately and Ethically. HBR. Guide to Beating Burnout. March 19, 2021. URL: <https://hbr.org/2021/03/how-to-measure-burnout-accurately-and-ethically>
18. MayoClinic. Job burnout: How to spot it and take action. 2021. URL: <https://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/adult-health/in-depth/burnout/art-20046642>.
19. Regina Celia A. Silva, Vera Lucia de F. F. e Silva, André Pontes Silva. Distance learning for teaching in physical education. Universidade Federal do Maranhão. Motriz. Revista de Educação Física, 2019: 25(1). DOI: 10.1590/s1980-6574201900010002.
20. Shapovalov M., Sushko R. Peculiarities for the online teaching process organisation as a form of physical training lessons. Slobozhanskyi herald of science and sport. 2021; 9(1): 76-8.

Цитування на цю статтю:

Шаповалов МВ, Сушко РО. Дистанційне навчання як причина професійного вигорання викладачів з во з практичних дисциплін фізичного виховання. Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. 2023 Березень 28; 39: 75-84

Відомості про автора:

Шаповалов Микола Валерійович – магістрант кафедри фізичного виховання і педагогіки спорту, Київський університет ім. Бориса Грінченка (Київ, Україна)

e-mail: mvshapovalov.fzfv22@kubg.edu.ua

<https://orcid.org/0000-0002-0391-2676>

Сушко Руслана Олександрівна – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, професор кафедри фізичного виховання і педагогіки спорту, Київський університет ім. Бориса Грінченка (Київ, Україна)

e-mail: r.sushko@kubg.edu.ua

<https://orcid.org/0000-0003-3256-4444>

УДК 796.344+796.342:796.01:612-057.875
doi: 10.15330/fcult.39.84-88

Олег Шевченко, Ігор Наконечний

РІВЕНЬ СЕНСОМОТОРНИХ РЕАКЦІЙ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛІЗАЦІЇ БАДМІНТОН, ТЕНІС

Мета роботи: дослідити рівень показників сенсомоторних реакцій студентів Чернівецького національного університету, які вивчають дисципліни бадмінтон та теніс.

Матеріал та методи. Приймали участь 15 студентів (з яких 2 дівчини), віком 18–19 років. Використані методи: аналіз науково-методичної літератури, психофізіологічних методів дослідження, методів математичної статистики.

Результати. Перевірені та оцінені показники складних сенсомоторних реакцій спортсменів, а саме, реакції вибору серед статичних об'єктів, реакції на рухомий об'єкт та реакції розрізнення. Отримані результати мали однорідний характер. Це підтверджуються показниками коефіцієнта варіації, який не перебільшував 10%, крім реакції на рухомий об'єкт 23,46%. Порівняльний аналіз з модельними характеристиками визначив рівень сенсомоторних реакцій.

Висновки. Встановлено, що рівень показників сенсомоторних реакцій у студентів Чернівецького національного університету середній, тільки у показників реакції вибору з статичних об'єктів низький. Отримані результати сенсомоторних реакцій студентів ЧНУ будуть сприяти індивідуалізації методики оволодіння та удосконалення навичок в бадмінтоні та тенісі.

Ключові слова: тести, сенсомоторна реакція, бадмінтон, теніс.