

УДК 796.011.1: 378
ББК 75.1:7448

DOI 10.24411/2500-0365-2020-15301

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ОНЛАЙН-ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»

Н. А. Рыбачук

Кубанский государственный университет, Краснодар, Россия

Определены содержание и организация новой педагогической онлайн-модели обучения смешанного плана. Исследование базируется на том, что освоение методов и средств физической культуры в условиях вынужденного онлайн-обучения студентов формирует группу других общекультурных компетенций. Созданы педагогические условия, направленные на эффективное освоение этой группы общекультурных компетенций.

Ключевые слова: *онлайн-обучение, карантинные мероприятия, самостоятельная работа, студенты, двигательная активность.*

Актуальность. Карантинные мероприятия более глубоко обнажили проблему самостоятельной работы студентов. Часы самостоятельной работы, которые были выведены из учебной нагрузки преподавателя, как нам представляется, могут быть возвращены. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 рекомендует ФГОС ВО реализацию недельной двигательной активности в объеме не менее 8 часов, из них не менее 4 часов обязательных занятий в неделю. Следовательно, еженедельно 4 часа рекомендуется на самостоятельную работу.

Цель исследования — разработать содержание и организацию онлайн-обучения, основанного на самостоятельной работе студентов по дисциплине «Физическая культура и спорт» в условиях карантинных мероприятий.

Объект исследования — процесс физического воспитания в вузе.

Содержание и организация онлайн-обучения, основанные на самостоятельной работе по дисциплине «Физическая культура и спорт», будут способствовать формированию группы других общекультурных компетенций, если:

— будет разработана педагогическая модель, содержание которой интегрирует теоретическую подготовку с практико-ориентированной, что будет мотивировать студентов на двигательную активность;

- каждый студент осознанно освоит информационные задания и на их основе разработает собственные комплексы физических упражнений, учитывая морфофункциональные возможности, актуальный уровень физической подготовленности и физического здоровья;
- каждый студент будет иметь интерес к разработке собственного двигательного задания, что обеспечит двигательную активность и формировать способность выбора ее видов;
- каждый студент будет стремиться к обучению самостоятельной работе по дисциплине «Физическая культура и спорт» для глубокого освоения знаний, умений и навыков и их использования в процессе онлайн-обучения;
- онлайн-обучение студента в образовательном процессе вуза будет сопровождаться педагогом на всех этапах учебной деятельности и будет основано на сотворчестве и доверии.

Задачи исследования:

1. Разработать педагогическую модель, содержание которой интегрирует теоретическую подготовку по освоению компетенций по сохранению здоровья с практической — двигательной активностью;
2. Создать педагогические условия, направленные на освоение группы других общекультурных компетенций через самостоятельную работу студентов, способствующую двигательной активности.

В период онлайн-обучения способность к умению самостоятельно работать дает понять, насколько успешным может быть освоение профессиональных компетенций и как оно зависит от самостоятельной работы по дисциплине «Физическая культура и спорт». На приоритетную позицию выходит проблема выживания в «экстремальных условиях».

В педагогическом эксперименте участвовали студентки филологического факультета 1—3-го курса ($n = 60$), обучающиеся по специальности 44.03.05. «Педагогическое образование» с двумя профилями подготовки (русский язык, литература) — прикладной бакалавриат. Виды деятельности, в области которых по окончании учебы специалист-профессионал может осуществлять трудовую деятельность: педагогическая, проектная, научно-исследовательская, культурно-просветительская.

В результате наблюдений и непосредственного психолого-педагогического сопровождения студентов в этот сложный период было определено, что на начальном этапе обучения в экспериментальной группе (ЭГ) 67,8 % студентов находились на уровне удовлетворительной адаптации, 28,3 % имели напряжение механизмов адаптации и только 3,9 % — неудовлетворительную. Адаптационный потенциал системы кровообращения мы определяли по методике Г. Л. Апанасенко [1]. После 1 месяца онлайн-обучения число студенток, имеющих удовлетворительный уровень, снизилось с 67,8 % до 39,6 %. Возросло количество девушек, имеющих напряжение механизмов адаптации до 56,5 %. Число студенток, имеющих неудовлетворительную адаптацию, осталось на прежнем уровне — 3,9 %. Если в начале онлайн-обучения студентки имели стресс по поводу боязни о здоровье своих родных и близких, то после месяца нахождения в карантине появилось другое тревожное состояние. Оно основано на отсутствии знаний, что будет дальше? Как будет организована сессия онлайн? Проблема организации и содержания самостоятельной работы по дисциплине «Физическая культура и спорт» в условиях онлайн-обучения вышла на приоритетную позицию. Уже сегодня можно предположить, что успешное освоение профессиональных компетенций на 50 % зависимо от самостоятельной работы. В том числе и от знаний, умений и навыков применять физические упражнения для сохранения здоровья.

Ряд ученых: А. С. Грачев, Е. В. Гавришева, А. А. Третьяков [3], А. С. Грачев [4], С. И. Крам-

ской, И. А. Амельченко [5] — в своих исследованиях убедительно доказывают, что эффективное освоение профессиональных компетенций связано с двигательной активностью и, следовательно, со здоровьем человека. В последующей профессиональной деятельности, семейной жизни эти два показателя будут выступать гарантом успеха. Следовательно, и качественное представление образовательных услуг на 50 % уже сегодня зависит от этих двух показателей. В последующей аккредитации вузов, вполне вероятно, именно отношению к собственному здоровью и его фактическому уровню будет уделяться должное внимание.

Уже сегодня в Вологодском государственном университете используются тесты, которые позволяют оценить «**развитие сознания о собственном здоровье**» (В. В. Соколов) [7].

Как нам представляется, теоретическое тестирование может включать основы модельно-проектировочной деятельности самостоятельной работы студента с использованием показателей собственного уровня физического здоровья и уровня физической подготовленности. Содержание тестирования позволяет определить «уровень развития сознания о собственном здоровье», его динамику в период обучения в вузе.

Анализ научно-методической литературы по интересующей нас проблеме обратил наше внимание на научную статью Т. А. Борзовой [2]. В процессе обучения самостоятельной работе по дисциплине «Русский язык и культура речи» у студентов первого курса, она применяет технологию «перевернутый класс». В эту технологию включены традиционные лекционные занятия на первом этапе. Это видео лекция с обратной связью (feedback). В этом принципиальное отличие от традиционной лекции. Flipped Classroom — «перевернутое обучение», «перевернутый класс». Автор предлагает использовать смешанное обучение. В первый раз метод «смешанное обучение» был использован в модели обучения студентов-спортсменов (J. Bergman, A. Sams [8; 9]; H. Marsbal [10]; A. Wrona [11]; L. Mibai [12]). Ученые сформулировали основные принципы в организации модели самостоятельной работы:

- непрерывность, систематичность, регулярность;
- интенсивность и оптимальность нагрузки;
- интерактивность;
- индивидуализация;
- обратная связь и контроль, эффективность деятельности.

В процессе специально организованных занятий авторы выявили способность к развитию навыков самообразования, собственной организации труда и личностных качеств: самостоятельность, активность, сознательность и ответственность. Разработанная модель имеет специальную организацию и методические рекомендации и функционирует в несколько этапов.

1 этап — видеолекция с обратной связью (feedback);

2 этап — онлайн-курс, внеаудиторная работа (видеоинструкция преподавателя и видео концептуальные карты (video concept maps);

3 этап (team-work) — аудиторная работа в группах с оценкой результатов опроса и тестирования. В итоге такого процесса самостоятельной работы и аудиторной достигается ситуация, когда все в выигрыше (win-win).

Авторы также отмечают, что успех освоения профессиональных и общекультурных компетенций зависит от того, насколько хорошо студент подготовлен к самостоятельной работе. А в условиях онлайн-обучения способность самоорганизации и самодисциплины стоит особенно остро.

В условиях карантинных мероприятий мы использовали специальную модель обучения. На первом этапе мы предлагаем мини-лекцию онлайн. Ее организация обеспечивает участие каждому студенту. При этом он получает рекомендации по разработке информационных заданий. В конце лекции студенты получают ссылку на видеоролики, где в роли консультанта — преподаватель, проводивший практико-ориентированные занятия в учебной группе до начала карантинных мероприятий.

Таким образом, в данной ситуации происходит интеграция теоретических информационных заданий для самостоятельной работы с практическими. Тематику онлайн мини-лекций с элементами дискуссии студенты учебной группы выбирают самостоятельно и сообщают об этом преподавателю. Анализ продуктов деятельности студентов (информационные задания), а также результат исследования интересов студенток к двигательной активности мы использовали для разработки проблемных лекций с элементами диспута. Определено, что на данный момент времени студенток интересуют следующие проблемы:

- двигательная активность и ее роль в студенческом труде;
- физиологические процессы человека в период сна, лучшее время суток, когда за корот-

кий промежуток времени можно получить «здоровый сон»;

- управление здоровьем, проблема адаптации организма и ее роль в студенческом труде;
- методика определения уровня физической подготовленности, физического здоровья, оценка адаптационного потенциала системы кровообращения;
- основы функционального тренинга (оздоровительной тренировки) в условиях карантинных мероприятий. Суть физиологических процессов, происходящих в организме;
- составление профессиограммы с учетом кода специальности и будущей профессиональной деятельности;
- рациональное питание в условиях онлайн-обучения. Самоконтроль и самоанализ.

Таким образом, информационные задания позволили выявить образовательные точки, вокруг которых было сформировано содержание мини-лекций. Длительность мини-лекции — 30 минут. Далее преподаватель обучает студентов методике разработки информационных заданий. Информационная часть задания основывается на использовании интернет-ресурсов. Далее происходит коллективное обсуждение проблемы, разрабатываются вопросы к информационному заданию. К концу учебного занятия студенты получают домашнее задание по самостоятельной разработке информационных заданий. Преподаватель управляет творческой деятельностью, но без «прямого» участия.

Проблематика информационного задания выбирается на основе собственных интересов. Информационные, содержательные, а также организационные функции заданий позволили разработать курс мини-лекций с элементами:

- диспута;
- модельно-проектировочной деятельности;
- обучения анализу, синтезу и трансформации знаний с использованием интернет-ресурса;
- батл-дискуссий;
- смысловых тренингов, предлагающих закончить предложение или решить проблему;
- графического построения практического занятия (функциональный тренинг), где определяется в графическом виде зависимость ЧСС (частоты сердечных сокращений и временные характеристики тренинга).

В ситуации онлайн-обучения преподаватель и студент находятся в едином образовательном поле, что отличает эту форму обучения от традиционных лекций. Практика показывает, что в процессе

традиционных лекций лектор работает в своем образовательном поле, а студент — в своем.

Отсутствие актуальности содержания, единой цели взаимодействия студента и преподавателя (объект-субъектного) не позволяют строить классическое лекционное занятие по дисциплине «Физическая культура и спорт» на высоком уровне. Эти причины подтверждают отсутствие мотивации и интереса студентов к содержанию. Состояние организационных и содержательных проблем традиционных лекций побуждает преподавателя высокой квалификации к изменению структуры и содержания лекций, поиску новых образовательных моделей.

Ситуация карантинных мероприятий и в связи с этим переход вуза на онлайн-обучение способствовали разработке и апробированию новой методики. Как представляется, лекционное занятие должно давать новое знание, которое рождается из совокупности содержания знаний смежных дисциплин и непременно показывает связь физического развития студента с успешной профессиональной подготовленностью.

Разработанное нами онлайн-обучение по дисциплине «Физическая культура и спорт» обеспечивает центральное положение педагога, способного держать аудиторию в позитивном эмоциональном ключе достаточно длительное время, чтобы создать условия для формирования способности студента получать новые знания в современной интерпретации, лично участвовать в процессе и работать интенсивно.

Представляем алгоритм действий творческо-поискового характера по разработке информационных заданий:

- проблемный вопрос или ситуация по интересующей проблеме (300—600 знаков);
- определение ключевых слов проблемного вопроса или ситуации (5—10);
- расположение ключевых слов проблемного вопроса или ситуации в поисковую строку

для получения информации через интернет-ресурсы;

- поиск и выбор раздела информации, представляющей личный интерес;
- разработка информационного задания с вариантами вопросов и ответов.

Через месяц онлайн-обучения мы второй раз определили уровень знаний. Нами было отображено 50 информационных заданий с вариантами ответов. За каждый правильный ответ начислялся 1 балл. Мы посчитали целесообразным объединить низкий и ниже среднего уровни знаний в один. В этом случае студентки получают оценку «удовлетворительно». Сумма их тестирования — до 20 баллов. Средний уровень знаний соответствует оценке «хорошо» — от 21 до 35 баллов. 36—50 баллов — отлично. Отличную оценку получают студенты, имеющие уровень знаний выше среднего и высокий. Для сравнения результатов исследования по уровню знаний студенток использовался ϕ -угловой критерий Фишера [6]. (табл. 1—2).

Дорожная карта студенческого труда и отдыха, разработанная нами ранее как составная часть самостоятельного труда, оказалась полезна в период обучения онлайн. В ее состав входят: распределение времени на подготовку к учебным предметам — планирование выполнения заданий (недельное и месячное); самоконтроль за физическим и психическим состоянием, где мониторинг собственного адаптационного потенциала сердечно-сосудистой системы студента контролирует адекватную двигательную активность; двигательная активность по интересам, собственные антистрессовые мероприятия; время, потраченное на подготовку к участию в вузовских мероприятиях; в том числе и спортивных; другие виды деятельности:

- участие в молодежных студенческих объединениях;
- кружки художественной самодеятельности;

Таблица 1

Показатели уровня знаний студенток до эксперимента

Уровень знаний		Контрольная группа	Сумма	Экспериментальная группа	Сумма	ϕ, p
Уровень до	Низкий	11,70 %	45,00 %	10,00 %	40,00 %	0,11 > 0,05
	Ниже ср.	33,30 %		30,00 %		
	Средний	36,70 %		41,70 %		
	Выше ср.	11,70 %	18,30 %	13,30 %	18,30 %	0,12 > 0,05
	Высокий	6,60 %		5,00 %		
ϕ, p		1,23 < 0,05		1,82 < 0,05		

Таблица 2

Показатели уровня знаний студенток в конце эксперимента

Уровень знаний		Контрольная группа	Сумма	Экспериментальная группа	Сумма	Ф, р
Уровень после	Низкий	8,30 %	43,30 %	6,70 %	28,30 %	0,35 > 0,05
	Ниже ср.	35,00 %		21,60 %		
	Средний	33,30 %	38,30 %			
	Выше ср.	13,40 %	21,70 %	34,40 %		
	Высокий	10,00 %	11,70 %			
Ф, р		1,89 < 0,05		1,76 < 0,05		

- общественная работа на факультете;
- участие в клубах по интересам;
- научно-исследовательская деятельность.

Все это формирует способность соблюдать определенный режим студенческого труда и отдыха, личностные качества, сохранение собственного здоровья.

Предлагаем схему индивидуальных быстрых пролонгированных заданий. Индивидуальные задания длительного по времени плана выполнения вызывают интерес студентов к изучению самого себя на основе наук о человеке как биологической и социальной системе. Эти задания имеют следующие функции:

- познавательная;
- рефлексивная;
- мотивационная;
- развивающая.

Информационные практико-ориентированные задания длительного выполнения имеют этапы обучения, которые постепенно усложняются, что не ощущает субъект обучения.

1 этап — информационное задание (индивидуальный знаниевый уровень и возможность апробации на практико-ориентированных занятиях);

2 этап — усложнение задания с возможностью практического выполнения (индивидуальная апробация);

3 этап — самостоятельное выполнение задания. Поиск новой цели, задачи выполнения (самоуправление модельно-проектировочной деятельностью).

Результаты исследования позволили сделать некоторые заключения.

1. В результате наблюдений и непосредственного психолого-педагогического сопровождения студенток (ЭГ) было определено, что на начальном этапе обучения 67,8 % студенток находились на уровне удовлетворительной адаптации, 28,3 % имели напряжение механизмов адаптации

и только 3,9 % — неудовлетворительную адаптацию. Через 30 дней карантина число студенток, находящихся в удовлетворительном уровне резко снизилось с 67,8 % до 39,6 %. Возросло количество студенток, имеющих напряжение механизмов адаптации до 56,5 %. На прежнем уровне осталось число студенток, имеющих неудовлетворительную адаптацию — 3,9 %.

2. Содержание и организация новой онлайн педагогической модели смешанного плана обучения: онлайн мини-лекции, информационные задания, модельно-проектировочная деятельность, а также обратная связь и контроль — интегрируют теоретическую подготовку и практико-ориентированную деятельность, что в совокупности мотивирует студентов на двигательную активность.

В содержание и организацию авторской модели были включены интерактивные методы обучения:

- проблемные мини-лекции с элементами диспута;
- модельно-проектировочная деятельность;
- информационные задания по решению двигательных задач, учебных ситуаций;
- маршрутная карта студенческого труда и отдыха, формирующая способность соблюдать определенный режим студенческого труда и отдыха, личностные качества, сохранение собственного здоровья.

3. Созданы педагогические условия, направленные на освоение группы общекультурных компетенций через самостоятельную работу студенток, способствующие двигательной активности в период онлайн-обучения, обеспечивающие формирование способностей студенток:

- осознанно осваивать информационные задания и на их основе разрабатывать собственные комплексы физических упражнений;
- при разработке собственного двигательного задания учитывать морфо-функциональные возможности, актуальный уровень

физической подготовленности и уровень физического здоровья;

- развивать способность собственного выбора интересующего вида двигательной активности;
- стремиться к обучению самостоятельной работе по дисциплине «Физическая культура и спорт» для глубокого освоения знаний, умений и навыков и их использования в процессе онлайн-обучения в вузе.

4. Студенческий труд может быть эффективным, если в вузе создана система обучения, где самостоятельная работа по подготовке к профессиональным предметам интегрирует с дисциплиной «Физическая культура и спорт». Система обучения самостоятельной работе в вузе не только должна быть создана, но этому нужно обучать! Только тогда студент сможет успешно освоить профессиональные компетенции.

5. Разработанная педагогическая онлайн-модель смешанного плана обучения, состоящая из онлайн мини-лекций, информационных заданий и модельно-проектировочной деятельности, а также обратная связь и контроль обеспечивают:

- освоение методов и средств физической культуры для использования в социальной и профессиональной деятельности;
- развитие коммуникативных способностей;
- возможность работы в коллективе;
- самоорганизацию и самообразование;
- использование в жизнедеятельности содержания смежных наук, наук об обществе и человеке.

Список литературы

1. Апанасенко, Г. Л. Медицинская валеология / Г. Л. Апанасенко, Л. А. Попова. — Ростов н/Д. : Феникс, 2000. — 248 с.
2. Борзова, Т. А. Принципы организации СРС первого курса в технологии «перевернутый класс» / Т. А. Борзова // Высшее образование в России. — 2018. — № 8—9. — С. 80—85.

3. Грачев, А. С. Взаимосвязь показателей функциональной и физической подготовленности студентов с мотивами занятия спортом / А. С. Грачев, Е. В. Гавришова, А. А. Третьяков // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. — 2018. — № 11 (165). — С. 69—72.

4. Грачев, А. С. Двигательная активность как один из основных факторов подготовки конкурентно-способных молодых специалистов в современных условиях / А. С. Грачев // Содействие профессиональному становлению личности и трудоустройству молодых специалистов в современных условиях. — Белгород, 2015. — С. 100—106.

5. Крамской, С. И. Физическое воспитание и спорт в высших учебных заведениях / С. И. Крамской, И. А. Амельченко // Физическая культура и здоровье. — 2014. — № 3(50). — С. 70—71.

6. Сидоренко, Е. В. Методы математической обработки в психологии. — СПб. : Речь, 2001. — С. 330—332.

7. Соколов, В. В. Метод оценки уровня валеологического сознания обучающихся / В. В. Соколов // Физическая культура, спорт и здоровье. — Йошкар-Ола : Изд.-во МарГУ. — 2017. — № 30. — С. 138—141.

8. Bergmann, J. Flip Your Classroom: reach Every Student in Every Class Every Day / J. Bergmann, A. Sams // ISTE: International Society for Technology in Tducation. — 2012. — 122 p.

9. Bergmann, J. Flipped Learning: Gateway to Student Engagement / J. Bergmann, A. Sams. — Moorabbin : Victoria Hawker Brownlow, 2014. — 182 p.

10. Marsbol, H. Three reasons to flip your classroom / H. Marsbol // Bilingual-Multilingual Education Interest Section. August. — URL: <http://newsmanager.commpartnernts.com/telsolbeis/issues/2013-08-28/6.html>.

11. Wrona, A. Flipped Classrooms: Why and How to flip education? / A. Wrona. — URL: <http://elearningindustry.com/18/03/2018>.

12. Mibai, L. Flipped Classroom Benefits for Students and Theaches / L. Mibai. — URL: <http://elearningindustry.com/13/10/2016>.

Поступила в редакцию 02 мая 2020 г.

Для цитирования: Рыбачук, Н. А. Эффективность онлайн-обучения по дисциплине «Физическая культура и спорт» / Н. А. Рыбачук // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. — 2020. — Т. 5, № 3. — С. 7—13.

Сведения об авторе

Рыбачук Наталия Анатольевна — доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры физического воспитания, Кубанский государственный университет, Краснодар, Россия. nataliaryba@mail.ru

PHYSICAL CULTURE. SPORT. TOURISM. MOTOR RECREATION

2020, vol. 5, no. 3, pp. 7—13.

Effectiveness of online training in the discipline «Physical culture and sport»

Rybachuk N.A.

Kuban State University, Krasnodar, Russia. nataliaryba@mail.ru

The content and organization of the new online pedagogical model of teaching a mixed plan are determined. The study is based on the fact that the development of methods and means of physical education in the conditions of forced online training of students forms a group of other general cultural competencies. Pedagogical conditions have been created with an aim of the effective development of this group of general cultural competencies.

Keywords: on-line training, quarantine measures, independent work, students, physical activity.

References

1. Apanasenko G.L., Popova L.A. *Meditinskaya valeologiya* [Medical Valeology]. Rostov-na-Don, 2000. 248 p. (In Russ.).
2. Borzova T.A. Principy organizacii samostoyatelnoy raboty studentov pervogo kursav texnologii «perevernutyj klass» [The principles of the organization of first-year independent work of students in the technology «inverted class»]. *Vysshhee obrazovanie v Rossii* [Higher education in Russia], 2018, no. 7, pp. 80—85. (In Russ.).
3. Grachev A.S., Gavrishova E.V., Tretyakov A.A. Vzaimosvyaz pokazatelej funkcionalnoj i fizicheskoj podgotovlennosti studentov s motivami zanyatiya sportom [Correlation of students' functional and physical fitness indicators with motives for playing sports]. *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta* [Scientific notes of the University named after P.F. Lesgaft], 2018, no. 11 (165), pp. 69—72. (In Russ.).
4. Grachev A.S. Dvigatel'naya aktivnost kak odin iz osnovnyx faktorov podgotovki konkurentnosposobnyx molodyx specialistov v sovremennyx usloviyax [Movement activity as one of the main factors in the preparation of competitive young professionals in modern conditions]. *Sodejstvie profesionalnomu stanovleniyu lichnosti i trudoustrojstvu molodyx specialistov v sovremennyx usloviyax* [Promoting the professional development of the personality and employment of young professionals in modern conditions]. Belgorod, 2015. Pp. 100—106. (In Russ.).
5. Kramskoj S. I. Amelchenko I. A. Fizicheskoe vospitanie i sport v vysshix uchebnyx zavedeniyax [Physical education and sports in higher education]. *Fizicheskaya kultura i zdorove* [Physical Culture and Health], 2014, no. 3 (50), pp. 70—71. (In Russ.).
6. Sidorenko E.V. Metody matematicheskoy obrabotki v psixologii [Methods of mathematical processing in psychology]. Saint-Petersburg, 2001. Pp. 330—332. (In Russ.).
7. Sokolov V.V. Metod ocenki urovnya valeologicheskogo soznaniya obuchayushhixsya [Method for assessing the level of valeological consciousness of students]. *Fizicheskaya kultura, sport i zdorove* [Physical education, sports and health], 2017, no. 30, Pp. 138—141. (In Russ.).
8. Bergmann J., Sams A. Flip Your Classroom: reach Every Student in Every Class Every Day. *ISTE: International Society for Technology in Tducation*, 2012. 122 p.
9. Bergmann J., Sams A. *Flipped Learning: Gateway to Student Engagement*. Moorabbin, Victoria Hawker Brownlow, 2014. 182 p.
10. Marsbol H. Three reasons to flip your classroom // *Bilingual-Multilingual Education Interest Section. August*. Available at: <http://newsmanager.commpartners.com/telsolbeis/issues/2013-08-28/6.html>.
11. Wrona A. *Flipped Classrooms: Why and How to flip education?* Available at: <http://elearningindustry.com/18/03/2018>.
12. Mibai L. Flipped Classroom Benefits for Students and Theaches. Available at: <http://elearningindustry.com/13/10/2016>.