

Х. В. Должикова¹, А. Г. Должиков², А. А. Анохина³

¹ Орловский государственный университет экономики и торговли,
Орёл, Россия, hristinanovikovapochta@mail.ru

² Спортивная школа олимпийского резерва «Русичи», Орёл, Россия, dozhdik_morosit@mail.ru

³ Школа № 51 г. Орла, Орёл, Россия, alin2709@yandex.ru

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

На протяжении всей истории человечества появление новых технологий предвещало значительный прогресс в той или иной области. Знания, собранные на страницах книг и учебников, в совокупности с инновационными технологиями, привели к колоссальным переменам в образовательном процессе. В данной статье мы рассмотрим использование информационных технологий в физическом воспитании обучающихся.

Ключевые слова: образовательный процесс, физическое воспитание, физическая культура, информация, информационные технологии

Kh. Dolzhikova¹, A. Dolzhikov², A. Anokhina³

¹ Orel State University of Economics and Trade, Orel, Russia, hristinanovikovapochta@mail.ru

² Sport School of the olympic reserve «Rusichi», Orel, Russia, dozhdik_morosit@mail.ru

³ School No. 51 of Orel, Orel, Russia, alin2709@yandex.ru

USE OF INFORMATION TECHNOLOGIES IN PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS

Throughout the history of mankind, the advent of new technologies heralded significant progress in one area or another. The knowledge collected on the pages of books and textbooks, together with innovative technologies, has led to tremendous changes in the educational process. In this article we will consider the use of information technologies in the physical education of students.

Keywords: educational process, physical education, physical culture, information, information technologies

Образование, во все времена, было ориентировано на подготовку высококачественных и конкурентоспособных специалистов, именно поэтому основная задача педагога – использование наиболее актуальных способов для формирования у обучаемого необходимых навыков и компетенций.

Оценивая роль информационных компьютерных технологий в современном образовании, П. Коммерс отмечает, что появление данных технологий привело к глобализации образовательных процессов, а Интернет стал оптимальной средой для взаимодействия между педагогом и студентом, а также площадкой для сбора, анализа и обмена информацией [3]. Наиболее активно в учебном процессе компьютеры используют в трех направлениях (рис. 1).

Следует отметить, что, несмотря на растущую роль информационных технологий в образовательной сфере, не отмечается активное использование данных технологий в физическом воспитании и спорте. На данный момент не существует обобщенной методики интеграции компьютерных технологий в процесс воспитания физической культуры личности, что приводит к тому, что обучение ведется на основе устаревших учебно-методических комплексов.

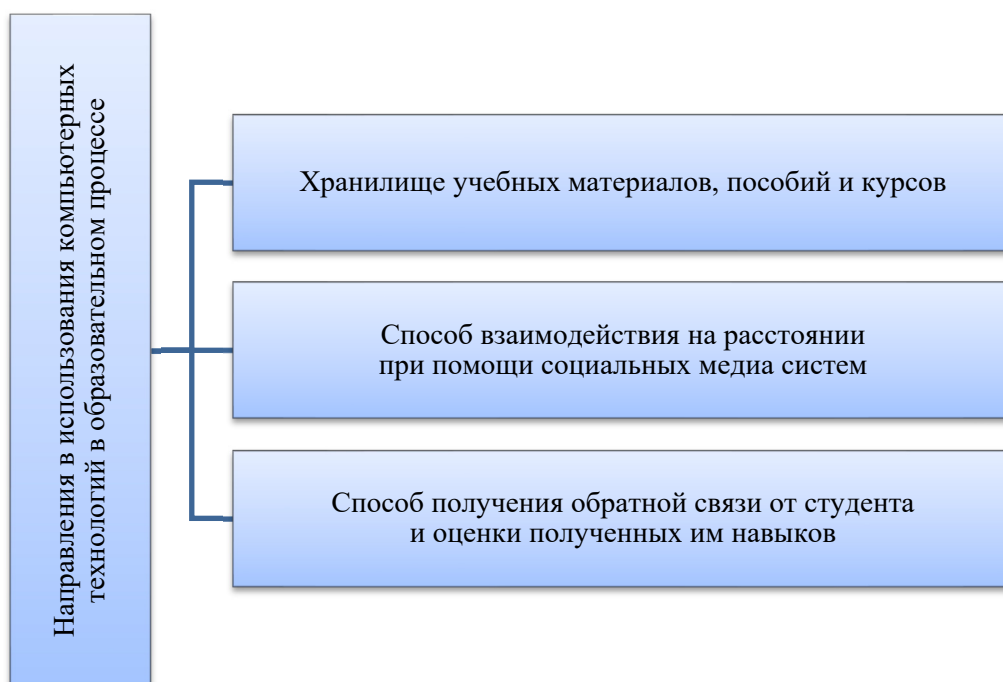


Рис. 1. Направления в использовании компьютерных технологий в образовательном процессе

Деляя анализ качества педагогических методов в физическом воспитании и спорте, С. Марчук отмечает, что традиционный процесс обучения, основанный на механическом выполнении двигательных действий, направленный на выполнение тех или иных нормативов, не способствует формированию знаний в области физической культуры и развитию культуры здоровья [4]. Одним из наиболее актуальных способов модернизации процесса обучения является смещение акцента с оценки физических способностей студента на расширение знаний в области физической культуры и формирование мотивации для занятий спортом, как на учебных занятиях, так и во внеурочное время.

На современном этапе развития общества необходимо заложить методологические и ценностно-гуманистические основы для формирования у студентов истинной физической культуры [1]. В учебном плане по дисциплине «Физическая культура» превалирует количество практических занятий, в то время как для теоретического материала отводится незначительное количество лекций, или же данный материал преподносится в рамках практической части занятия. Это, в свою очередь, приводит к тому, что обучающиеся не могут в полной мере ознакомиться с теоретическим материалом, что негативно сказывается на получении знаний и навыков.

Одним из путей решения данной проблемы является использование информационных технологий, которые позволят разделить практическую и теоретическую часть по данной дисциплине. Создание онлайн курсов и методических пособий позволит обучающимся ознакомиться с целями и задачами физической культуры и спорта, их ролью для сохранения здоровья, прольет свет на принципы и ориентиры здорового образа жизни, правильного питания и минимального перечня тренировочных занятий. Знания, полученные в рамках онлайн занятий, позволят обучающимся узнать, каким образом физическая культура способствует предупреждению множества заболеваний, что существенно повысит мотивацию к занятиям спортом.

С точки зрения эффективности онлайн курсов по дисциплине «Физическая культура» следует разделить теоретическое занятие на три составляющие (рис. 2):

1. Представление дидактического материала, обсуждение лекции и оценка полученных знаний в виде обратной связи.

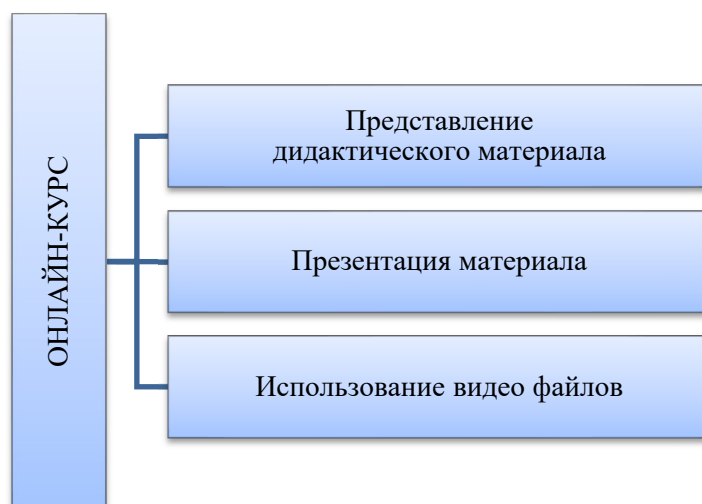


Рис. 2. Составляющие онлайн-курса для теоретического занятия

2. Использование современных информационных технологий предоставляет множество возможностей для презентации материала, особенно стоит выделить электронные презентации, которые создаются при помощи таких программ как: Microsoft PowerPoint, Google Slides, Prezi. В ходе презентации педагог освещает основные тезисы по изучаемой теме, а для наглядности и облегчения усваивания материала может использовать различные схемы, графики и диаграммы.

3. Использование видео файлов, позволяет наглядно показать обучающимся основные нормативы, особенности и технику безопасности в процессе их выполнения. При помощи видео с техникой выполнения различных упражнений, преподаватель передаст обучающимся необходимые знания о характере и последовательности двигательных действий, что существенно сократит затраты времени в процессе практических занятий и позволит сделать акцент на улучшении физических качеств обучающихся.

Использование онлайн курсов также позволяет решить сложности проведения занятий спортом для обучающихся, которые по состоянию здоровья не могут заниматься спортом наравне со своими однокурсниками. Даже если обучающийся, по медицинским показаниям не может заниматься физической культурой, то знания, полученные в рамках онлайн курсов, расширят его кругозор в области здорового образа жизни. Для тех обучающихся, которые по состоянию здоровья не могут в полной мере принимать участие в практической части занятий, следует разработать отдельный обучающий блок, с информацией о том, как при помощи физической культуры они могут улучшить показатели своего здоровья. Информация об адаптивной физической культуре позволит обучающимся со слабым здоровьем интегрироваться в спортивный коллектив и не чувствовать скованность в связи с тем или иным заболеванием.

Среди наиболее популярных платформ для организации дистанционного обучения можно выделить: Adapt Learning, Moodle, MyOwnConference. Отличительной особенностью данных платформ является удобный интерфейс, который прост в использовании для педагогов, часть из которых только недавно освоили информационные технологии. Очевидным плюсом является факт, что вышеперечисленные платформы позволяют обучающимся в любое время получить доступ к материалам лекции, что сводит на нет риск того, что по причине пропуска лекции, он упустит важный материал.

Использование информационных технологий для усовершенствования процесса преподавания дисциплины «Физическая культура» выводит на новый уровень взаимодействие между преподавателем и обучающимся. После того, как педагог изложит теоретический материал, наступает время дискуссий, в рамках которых студент может задать вопросы по аспектам, которые вызвали у него затруднения, может выразить несогласие с какими-либо тезисами и озву-

чить свою точку зрения по данному вопросу. Педагог, выступая в роли модератора обсуждения, может уловить интерес студентов и дать дополнительную информацию по заинтересовавшей их теме или предложить им возможность самостоятельного поиска ответов на возникшие вопросы.

В учебной деятельности по дисциплине «Физическая культура» крайне важно оценивать качественные и количественные показатели каждого обучающегося. Современные технологии позволяют фиксировать прогресс по различным критериям и показателям и обеспечивать доступ к результатам для педагога и студента. Создание на базе учебной платформы личного кабинета каждого студента, где будет общая информация о состоянии его здоровья, а также перечень выполненных нормативов и их результаты, позволит в динамике отследить полученные результаты и, в случае необходимости, принять какие-либо меры.

Эффективность учебного процесса базируется на своевременной и комплексной оценке знаний и навыков, полученных студентами в ходе теоретических и практических занятий. В то время как практические навыки оцениваются путем выполнения различных нормативов при физическом присутствии обучающихся, теоретические знания могут оцениваться путем различных контрольных, тестов и индивидуальных заданий, проведенных при помощи современных технологий. Проведение тестов на компьютере облегчит педагогу процесс проверки, оценки и избавит от дополнительной работы.

Таким образом, использование инновационных технологий в физической культуре позволяет расширить кругозор студентов по различным вопросам и мотивирует обучающихся уделять больше внимания своему развитию и здоровью. В то же время, технологии облегчают труд преподавателей и позволяют им уделять больше времени профессиональному развитию и индивидуальной работе с каждым студентом.

В. Ильинич в своем труде «Физическая культура студента» отводит спорту первостепенную роль в формировании моральных качеств [2]. Занимаясь спортом, студент развивает в себе стойкость, целеустремленность, настойчивость и трудолюбие – качества, которые формируют его внутренне «я».

Неоднократно было доказано, что развитие физической выносливости влияет на развитие умственной работоспособности, именно поэтому для воспитания достойных членов общества педагог на занятиях по физической культуре должен уделять внимание способам усовершенствования своих возможностей, а также методам борьбы со стрессом и восстановления сил.

Физическая культура базируется на материальных и культурных пластах. Материальная составляющая – это спортивный инвентарь, оборудование, экипировка и различные приспособления для занятий спортом, в то время как культурная – это различные игры и состязания, произведения искусства, правила и нормы мирового спортивного сообщества. Задача педагога – ознакомить студента с этими понятиями и привить любовь к спорту, тем самым, способствуя развитию ценностей и форм физической культуры.

Одна из основных задач преподавателя – мотивация студента на достижение наилучшего результата. Также занятия физической культурой зачастую направлены на формирование навыков взаимодействия с окружающими людьми. Основным направлением, отвечающим за формирование умения работать в команде выступает состязательная игровая деятельность, в рамках которой студенты учатся работать в команде, соревноваться и достигать общих целей. Помимо вышеперечисленных целей состязательная игровая деятельность учит студентов следовать общепризнанным правилам, вырабатывает навыки вести переговоры, идти на компромиссы, учит достойно проигрывать.

Таким образом, физическая культура играет важную роль в становлении и развитии личности и общества. В современном мире спорт играет социальную роль, поскольку ставит во главу угла здоровье и нравственность – основы, на которых строится прогрессивное общество. Парадигма «в здоровом теле – здоровый дух» уже давно нашла свое отражение в современном мире,

и именно физическая культура позволяет одновременно улучшать состояние здоровья и развивать силу духа, стойкость и выносливость. В условиях роста значимости физической культуры растет спрос на инновационные методы преподавания данной дисциплины, которые с учетом нынешних реалий, должны совмещать традиционные и современные методы. Использование информационных технологий в физической культуре позволит улучшить понимание материала, мотивировать студентов и улучшить их физические показатели, что в значительной мере скажется на оздоровлении общества в целом.

Список использованных источников

1. *Зубарева, Т. В.* Проблемы и перспективы современного физкультурного образования в Российской Федерации / Т. В. Зубарева, Х. В. Должикова // Вестн. Луганского гос. пед. ун-та. Серия 2. Физическое воспитание и спорт : сб. науч. тр. / гл. ред. Т. Т. Ротерс ; вып. ред. Г. Г. Калинина ; ред. сер. Н. А. Павлова. – 2021. – № 1 (60). – С. 40–45.
2. *Ильинич, В. И.* Физическая культура студента : учебник / В. И. Ильинич. – М. : Гардарики, 2001. – 448 с.
3. *Коммерс, П.* Социальные медиа в обучении с применением ИКТ : аналит. записка, март, 2011 [Электронный ресурс]. – М. : Ин-т ЮНЕСКО по информационным технологиям в образовании, 2011. – Режим доступа: http://iite.unesco.org/les/policy_briefs/pdf/ru/social_media.pdf. – Дата доступа: 13.03.2022.
4. *Марчук, С. А.* Современные информационные технологии как средство повышения эффективности образовательного процесса по физическому воспитанию / С. А. Марчук // Совр. наукоемкие технологии. – 2016. – № 1. – С. 148–152.