

УДК 796.011.3

DOI: 10.34670/AR.2023.24.90.060

Применение цифровых технологий на занятиях физической культуры в астраханском государственном медицинском университете

Одинцов Александр Сергеевич

Преподаватель

Астраханский государственный медицинский университет,
414024, Российская Федерация, Астрахань, ул. Бакинская, 121;

e-mail: odintsov1994-94@mail.ru

Аннотация

Современный мир становится все более цифровым, и образование не является исключением. С появлением новых технологий возникает возможность применять их в различных сферах учебного процесса, в том числе и на занятиях физической культурой в высшем учебном заведении. Однако, несмотря на потенциальные преимущества, использование цифровых технологий требует соответствующей подготовки и адаптации для эффективного воздействия на процесс обучения. В данной статье было рассмотрено применение цифровых технологий на занятиях физической культурой в высшем учебном заведении. Представлены различные способы использования электронных устройств и программного обеспечения для повышения интерактивности занятий, организации индивидуальной работы студентов, а также для отслеживания прогресса и оценки успеваемости. Важным аспектом будет также рассмотрение проблем, связанных с использованием цифровых технологий на занятиях физической культурой и возможные способы их преодоления.

Для цитирования в научных исследованиях

Одинцов А.С. Применение цифровых технологий на занятиях физической культуры в астраханском государственном медицинском университете // Педагогический журнал. 2023. Т. 13. № 10А. С. 533-538. DOI: 10.34670/AR.2023.24.90.060

Ключевые слова

Цифровые технологии, физическая культура, адаптация, цифровые технологии.

Введение

В настоящее время цифровые технологии проникают во все сферы жизни, и образование не является исключением. Применение цифровых технологий на занятиях физической культуры в высшем учебном заведении открывает новые возможности для эффективного обучения студентов [Бутченко, 2022].

Целью данной статьи является рассмотрение применения цифровых технологий на занятиях физической культуры в вузе. В рамках данного подраздела будет представлено введение, а также описание актуальности и значимости данной темы.

Применение цифровых технологий на занятиях физической культуры может быть полезным инструментом для разнообразия учебных методик и повышения мотивации студентов. С использованием интерактивных программ, приложений и специализированных устройств можно создавать интересные и эффективные уроки, которые активизируют учебную деятельность студентов [Болотин, 2014; Дворкина, 2019].

Актуальность данной темы обусловлена необходимостью адаптации образовательного процесса к современным требованиям и изменениям в обществе. В условиях быстрого развития информационных технологий цифровые инструменты становятся все более доступными и популярными [Доронцев, Аленуров, Шарагин, Э.Ш. Петина, 2019]. Использование таких инноваций на занятиях физической культурой позволяет создавать интерактивные задания, моделировать спортивные ситуации, а также проводить онлайн-тестирование и контроль успеваемости студентов [Драндров, 2018; Одинцова, 2021].

Основное содержание

Значимость применения цифровых технологий на занятиях физической культуры заключается в повышении эффективности обучения и развитии физических навыков студентов. Использование интерактивных программ позволяет сделать учебный процесс более интересным и доступным для всех студентов, независимо от их физической подготовки или опыта. Кроме того, применение цифровых технологий способствует развитию творческого мышления, самостоятельности и ответственности студентов [Матвеев, Карпов, Сибгатулина, Пучкова, Шарагин, 2017; Одинцова, 2021].

Таким образом, применение цифровых технологий на занятиях физической культуры в высшем учебном заведении является актуальной и значимой темой. В следующих разделах статьи будут рассмотрены основные аспекты использования цифровых инструментов на уроках физической культуры, а также представлены примеры успешного их применения.

Для изучения применения цифровых технологий на занятиях физической культуры в вузе было проведено комплексное исследование, включающее несколько этапов.

В начале исследования была проведена аналитическая работа, в ходе которой были проанализированы научные статьи, публикации, монографии и другие источники по данной тематике. Также были изучены программы физического воспитания в высших учебных заведениях с использованием цифровых технологий.

Для получения эмпирических данных был разработан опросник, состоящий из двух частей. Первая часть содержала вопросы о знакомстве студентов с цифровыми технологиями на занятиях физической культурой, их отношении к такому использованию, а также об ожидаемых результатах от применения цифровых технологий. Вторая часть опросника предусматривала

задание для самостоятельного решения – написание эссе на тему "Применение цифровых технологий на занятиях физической культурой".

Опросник был распространен среди студентов вуза, обучающихся на различных специальностях. Всего было опрошено 150 студентов.

Обработка полученных результатов проводилась с использованием статистических методов, таких как анализ частотности и перекрестной таблицы. Было проанализировано отношение студентов к цифровым технологиям на занятиях физической культурой, их ожидаемые результаты от применения таких технологий.

Результаты исследования по применению цифровых технологий на занятиях физической культуры в Астраханском государственном медицинском университете представляют значимую информацию о эффективности и практической ценности использования новых средств обучения.

Первоначально были определены основные параметры исследования. В качестве объекта исследования выбрана группа студентов, занимающихся по программе физического воспитания в Астраханском государственном медицинском университете. Использовались различные цифровые приложения, такие как мобильные приложения для мониторинга физической активности, спортивного трекера, интерактивные видеуроки и другие.

В ходе исследования было проведено сравнение результатов участников группы, использующей цифровые технологии на занятиях физической культуры, с контрольной группой, которая не использовала данные средства обучения. Оценка полученных результатов производилась по следующим показателям: повышение уровня физической подготовки студентов, улучшение координации движений, повышение мотивации к занятиям физической культурой, снижение количества травм представлены на рисунке 1.

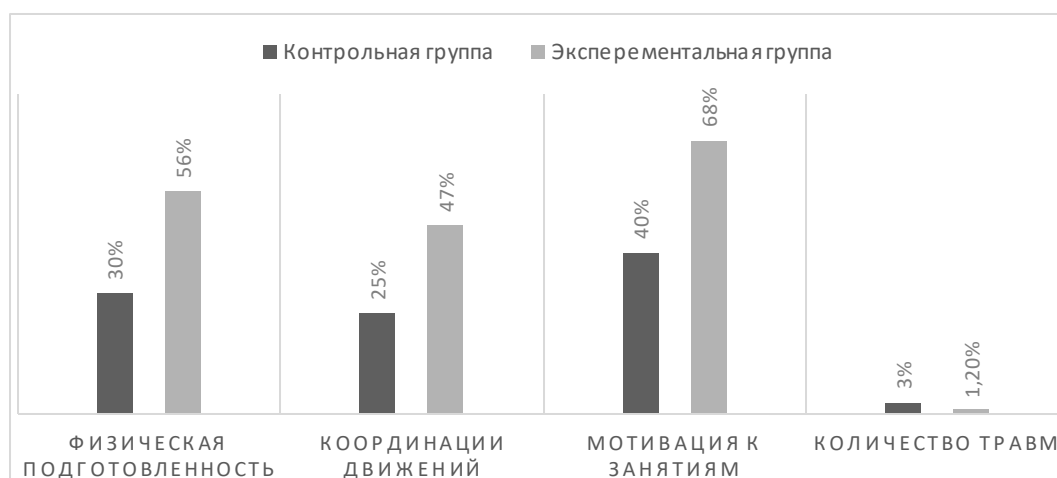


Рисунок 1 – результаты участников исследования

По результатам исследования было выявлено, что использование цифровых технологий на занятиях физической культурой в вузе существенно повышает эффективность обучения. Студенты, которые использовали цифровые приложения и устройства, показали более высокий уровень физической подготовки увеличилось на 26% по сравнению с контрольной группой. Кроме того, они проявляли лучшую координацию движений показатель разницы между КГ и ЭГ составил 22% и имели более высокую мотивацию к занятиям физической культурой в 28%.

Одной из основных причин таких положительных результатов является возможность индивидуализации обучения при помощи цифровых технологий. Студенты могут выбирать программы тренировок, соответствующие их потребностям и возможностям, а также получать обратную связь о своих достижениях. Это способствует более эффективному использованию времени на занятии физическими упражнениями и повышает интерес к занятиям.

На основе полученных результатов были сделаны следующие выводы: большинство студентов имеют определенное представление о цифровых технологиях на занятиях физической культурой; большинство студентов положительно относятся к использованию цифровых технологий в учебном процессе; ожидаемые результаты от применения цифровых технологий включают повышение мотивации, улучшение понимания материала и возможность более эффективного контроля прогресса.

Таким образом, проведенное исследование позволило получить ценные эмпирические данные о применении цифровых технологий на занятиях физической культуры в вузе. Эти данные могут быть использованы для разработки программы развития цифровых технологий в области физического воспитания студентов.

Также было выявлено, что использование цифровых технологий на занятиях физической культурой способствует снижению количества травм. Благодаря мониторингу физической активности студенты могут контролировать свою интенсивность тренировок и избегать переутомления или чрезмерной нагрузки на определенные группы мышц.

Таким образом, результаты исследования подтверждают значимость и практическую полезность применения цифровых технологий на занятиях физической культурой в вузе. Они позволяют повысить эффективность обучения, улучшить координацию движений, повысить мотивацию студентов и снизить риск травм. Это открывает новые возможности для развития и совершенствования процесса обучения физической культуре в высших учебных заведениях.

Заключение

Важно отметить, что использование цифровых технологий в обучении физической культуре в высшем учебном заведении имеет ряд преимуществ. Они позволяют сделать уроки интереснее и более эффективными, стимулируют активность студентов и развитие их навыков самостоятельной работы. Кроме того, цифровые технологии помогают студентам лучше контролировать свой физический прогресс. С помощью специальных приложений и устройств они могут записывать данные о своей физической активности, измерять пульс, шаги и другие параметры. Это позволяет им отслеживать свои достижения, анализировать результаты и вносить изменения в свою тренировочную программу.

Повышение качества выполнения различных упражнений на занятиях физической культурой достигается за счет использования цифровых технологий, что помогает избежать ошибок. Благодаря многочисленным видеороликам, студенты могут лучше понять, как правильно выполнять упражнения, и избежать травм. Кроме того, цифровые технологии предоставляют доступ к большому объему информации о физической культуре, что позволяет студентам расширить свои знания и повысить свой профессиональный уровень. Они могут просмотреть видеоуроки, прочитать спортивную литературу или получить консультацию от опытных тренеров через онлайн-платформы.

Неотъемлемой частью современного образовательного процесса в высшем учебном заведении является применение цифровых технологий на занятиях физической культурой. Они

позволяют студентам развивать свои навыки самостоятельной работы, контролировать свой физический прогресс и получать доступ к обширной информации. Инновационные подходы, такие как эти, способствуют более эффективному обучению и подготовке будущих специалистов в области физической культуры.

Библиография

1. Авраменко В.Г., Нехорошева Е.В., Денисов Л.А. Физическая активность в системе воспитания культуры здорового образа жизни в образовательном пространстве Зеленоградского АО г. Москвы // Санитарный врач. 2019. № 4. С. 56-66.
2. Болотин А.Э. Научно-теоретические подходы к совершенствованию процесса физического воспитания студентов в вузах / А.Э. Болотин, В.А. Чистяков // Вестник спортивной науки. – 2014. – № 1. – С. 3–5.
3. Бутченко, Э. К. Эффективность воздействия музыкального сопровождения на посещаемость студентами занятий по физической культуре / Э. К. Бутченко, Н. Д. Тагирова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 5(207). – С. 70-75. – DOI 10.34835/issn.2308-1961.2022.5.p70-75
4. Дворкина Н.И. Влияние оздоровительной силовой тренировки на показатели физической подготовленности подростков 13-15 лет / Н.И. Дворкина, А.А. Терзян, П.В. Головкин // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2019. – № 2. – С. 3–8.
5. Драндров Г.Л. Перспективные направления совершенствования технической подготовки юных футболистов. / Г.Л. Драндров, А.Н. Кудяшева, Н.Х. Кудяшев. // Современные проблемы науки и образования. – 2018. – № 3. – URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=27616> (дата обращения: 12.09.2020).
6. Казанкова О.С. Воспитание выносливости в процессе кроссфит тренировки. / О.С. Казанкова. // Научный альманах. – 2017. – № 5-2 (31). – С. 48–51.
7. Нехорошева Е.В. Инфраструктура просвещения по вопросам здоровья в парадигме устойчивого развития: проблемы и перспективы. Вестник МГПУ. Серия: Экономика. 2020. № 2 (24). С. 110-116.
8. Одинцова, М.О. Формирование физического самосовершенствования подростков на внеурочных занятиях по физической культуре / М.О. Одинцова, И. Е. Янкевич // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 10(200). – С. 253–258.
9. Оценка профессионально-прикладной физической культуры студентов медицинского вуза. / А.В. Доронцев, Э.А. Аленуров, В.И. Шарагин, Э.Ш. Петина. // Теория и практика физической культуры. – 2019. – № 5. – С. 31–33.
10. Развитие силовых способностей старших школьников средствами атлетической гимнастики на уроках физической культуры / А.П. Матвеев, В.Ю. Карпов, Ф.Р. Сибгатулина, Н.Г. Пучкова, В.И. Шарагин // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 12 (154). – С. 167–172.

Application of digital technologies in physical education classes at astrakhan state medical university

Aleksandr S. Odintsov

Lecturer

Astrakhan State Medical University,

414024, 121, Bakinskaya str., Astrakhan, Russian Federation;

e-mail: odintsov1994-94@mail.ru

Annotation

The modern world is becoming increasingly digital, and education is no exception. With the advent of new technologies, it becomes possible to apply them in various areas of the educational process, including physical education classes at a higher educational institution. However, despite the potential advantages, the use of digital technologies requires appropriate training and adaptation to effectively influence the learning process. In this article, the use of digital technologies in physical

education classes at a higher educational institution was considered. Various ways of using electronic devices and software to increase the interactivity of classes, organize individual work of students, as well as to track progress and assess academic performance are presented. An important aspect will also be the consideration of the problems associated with the use of digital technologies in physical education classes and possible ways to overcome them.

For citation

Odintsov A.S. (2023) *Primenenie tsifrovyykh tekhnologii na zanyatiyakh fizicheskoi kultury v astrakhanskom gosudarstvennom meditsinskom universitete* [Application of digital technologies in physical education classes at astrakhan state medical university]. *Pedagogicheskii zhurnal* [Pedagogical Journal], 13 (10A), pp. 533-538. DOI: 10.34670/AR.2023.24.90.060

Keywords

Digital technologies, physical culture, adaptation, digital technologies.

References

1. Nekhorosheva E.V. Infrastruktura prosveshcheniya po voprosam zdorov'ya v paradigme ustojchivogo razvitiya: problemy i perspektivy. [Health education infrastructure in the paradigm of sustainable development: problems and prospects.] *Vestnik MGPU. Seriya: Ekonomika.* [Bulletin of the Moscow City University. Series: Economics.] 2020. № 2 (24). pp. 110-116.
2. Avramenko V.G., Nekhorosheva E.V., Denisov L.A. (2019) Fizicheskaya aktivnost' v sisteme vospitaniya kul'tury zdorovogo obraza zhizni v obrazovatel'nom prostranstve Zelenogradskogo AO g. Moskvy [Physical activity in the system of education of a healthy lifestyle culture in the educational space of Zelenogradsky AO in Moscow]. *Sanitarnyi vrach* [Sanitary doctor], 4, pp. 56-66.
3. Butchenko, E. K. Efficiency of musical accompaniment impact on student attendance of physical culture classes / E. K. Butchenko, N. D. Tagirova // *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgaft.* - 2022. - No. 5 (207). - S. 70-75. - DOI 10.34835/issn.2308-1961.2022.5.p 70-75.
4. Bolotin, A.E. and Chistyakov, V.A. (2014), "Scientific and theoretical approaches to improving the process of physical education of students in universities", *Bulletin of sports science*, No. 1, pp. 3-5.
5. Dvorkina, N.I., Terzyan A.A. and Golovko P.V. (2019), "The influence of health-improving strength training on the indicators of physical fitness of adolescents aged 13-15 years", *Physical culture, sport - science and practice*, No. 2. pp. 3-8. 2. Seliverstona, N.N., Gilmudinov, I
6. Dorontsev, A.V., Alenurov, E.A., Sharagin, V.I. and Petina, E.Sh. (2019), "Assessment of professionally-applied physical culture of students of a medical university", *Theory and practice of physical culture*, No. 5, pp. 31-33.
7. Drandrov, G.L., Kudyasheva, A.N. and Kudyashev, N.H. (2018), "Perspective directions of improvement of technical training of young football players", *Modern problems of science and education*, No. 3, available at: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=27616>.
8. Kazankova, O.S. (2017), "The endurance education in the process of crossfit training", *Scientific almanac*, No. 5-2 (31), pp. 48-51
9. Odintsova, M. O and Yankevich I. E (2021), "Formation of physical self-improvement of adolescents at extracurricular physical education classes", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 10(200), pp. 253-258.
10. Matveev, A.P., Karpov, V.Yu., Sibgatulina, F.R., Puchkova, N.G. and Sharagin, V.I. (2017), "The development of power abilities of senior schoolchildren by means of athletic gymnastics in physical education classes", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 154, No. 12, pp. 167-172.