

**УНІВЕРСИТЕТ УШИНСЬКОГО
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ ФІЗИЧНОЇ
КУЛЬТУРИ, СПОРТУ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ**

**КАФЕДРА ТЕОРІЇ І МЕТОДИКИ
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА
СПОРТИВНИХ ДИСЦИПЛІН**

**СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ,
СПОРТУ ТА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ**

**МАТЕРІАЛИ V МІЖНАРОДНОЇ
ІНТЕРНЕТ-КОНФЕРЕНЦІЇ
17-18 листопада 2021 року**

Одеса
Букаєв Вадим Вікторович
2021

УДК 370.15+371.302.81+613
С916

*Друкується згідно з рішенням Вченої ради Державного закладу
“Південноукраїнський національний педагогічний університет
імені К. Д. Ушинського”
Протокол № 5 від 19.11.2021*

Члени редакційної колегії:

Джуринський П. Б. доктор педагогічних наук, професор, директор навчально-наукового інституту фізичної культури, спорту та реабілітації, Університету Ушинського – голова оргкомітету;

Долгієр Є. В. кандидат з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського

Афтімічук О. Є. доктор педагогічних наук, професор. ДУФВіС (м. Кишинів, республіка Молдова)

Севдалев С. В. кандидат педагогічних наук, доцент, декан факультету фізичної культури Гомельського державного університету імені Франциска Скорини, Гомель, Білорусь;

Башавець Н. А. доктор педагогічних наук, професор, кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського; заступник – голови оргкомітету;

Осіпова І. В. кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського;

Ігнатенко С. О. кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського;

Дроздова К. В. кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського

Сучасні проблеми фізичного виховання, спорту та здоров'я людини :
С916 матеріали V інтернет-конференції. м. Одеса, 17-18 листопада 2021 р.
Одеса : видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2021. 182 с.

У збірнику матеріалів конференції розглянуті всебічні аспекти організації занять з фізичного виховання, спорту і здоров'я людини.

At the conference proceedings are considered comprehensive aspects of physical education and sports.

УДК 370.15+371.302.81+613.7

© Заклад вищої освіти
«Університет Ушинського», 2021

ВИКОРИСТАННЯ НОВІТНІХ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ, СПОРТІ ТА ЗДОРОВ'Ї ЛЮДИНИ

Мох Т., Носкова Т.

Одеський державний університет внутрішніх справ, Україна

Актуальність. Серед усієї розмаїтості впроваджень передових досягнень у практику фізичного виховання важлива роль належить засобам сучасної обчислювальної техніки, що в останні роки розвивається особливо бурхливими темпами. Її використання спричинило істотні зміни насамперед методології організації занять фізичною культурою і спортом, що дозволяє перейти на зовсім - новий більш якісний рівень [1].

Особливо актуальним є використання обчислювальної техніки при вивченні різних сторін фізичної підготовленості на основі дослідження функціональних проявів дихальної, серцево-судинної систем та енергозабезпечення. При поглибленому проведенні дослідження формуються великі обсяги інформації, які вимагають оперативної обробки та детального аналізу. Без використання засобів сучасної обчислювальної техніки та відповідного програмного забезпечення зробити це практично не можливо.

Аналізуючи розвиток і використання комп'ютерних технологій у фізичному вихованні і спорті, на нашу думку, віднаходимо три періоди. Цей поділ пов'язаний із розробкою у 1984-1986 роках нового процесора, що став єдиним стандартом і використовується до сьогоднішнього дня, а також із широким впровадженням глобальної комп'ютерної мережі Internet.

I етап - до 1985 року – програми, що працюють лише на окремих ЕОМ та мікрокалькуляторах. В цей період ще не існує єдиного стандарту комп'ютерної техніки, а всі дослідження проводяться на найрізноманітніших, в більшості випадків не сумісних одна з одною, машинах.

II етап - 1985 р. – кінець 1990рр – програми, що працюють на процесорі типу x86, використовують єдину операційну систему DOS чи Windows і можуть працювати на різних комп'ютерах.

III етап - кінець 1990р.р – сьогоднішня - широке використання в різних галузях глобальної і локальних комп'ютерних мереж.

У 1965 році Т.Т. Джамгаров, Ю.К. Дем'яненко та ін. [2] починають використовувати ЕОМ для визначення рівня розвитку певних людських якостей, важливих для конкретної спеціальності при професійному відборі. Результати цього дослідження дозволяють зробити висновок, що серед факторів, які впливають на успішність оволодіння фахом, важливе значення мають здібності до точної координації рухів в умовах емоційного напруження.

В 1968 році робиться кілька перших в СРСР спроб дослідження техніки різних видів спорту шляхом моделювання на ЕОМ. Так, С. М. Гордон, Є. А. Ширковець і В. В. Сєдих [3] проводять кількісний аналіз техніки плавання шляхом моделювання. Були використані дві моделі: гідродинамічна і статистична. Перша реалізувалась на ЕОМ "Урал-2", друга - на "Мінск -22". За основу гідродинамічної моделі покладена теорема про похідну вектора

кількості рухів. Реалізація моделі дозволила оцінити вплив маси плавця і маси води, сили гребка та його тривалості, темпу, коефіцієнту опору на швидкість і роботу спортсмена.

Так, на базі Українського державного університету фізичного виховання і спорту під керівництвом С. А. Душаніна була створена автоматизована система “Особистий тренер” [4]. Ця програма дозволяє встановлювати інтенсивність м’язової роботи за показниками роботи пульсу на індивідуальному аеробному та анаеробному порозі залежно від рухового досвіду і поточної функціональної спроможності. А також формує рекомендації щодо тренування, оптимальної тривалості і частоти занять на основі встановлених закономірностей розвитку тренувального ефекту і залежно від будови тіла, рухового досвіду та вихідних і поточних величин МСК, анаеробного порогу і порогу толерантності до фізичного навантаження (визначених на основі кардіоінтерваометрії в стані спокою), статі та віку.

У 1999 році на базі Харківського інституту фізичної культури під керівництвом Яддена Белькасема була створена комп’ютерна технолог контролю рівня розвитку гнучкості “Теквон-до: розвиток гнучкості спортсменів”.

Серед зарубіжних програм можна виділити такі: американська - “Training Plan 2.7”, автором якої є G.Winkler з Іллінойського університету; російські – “Важка атлетика” і “Атлетизм” (автори Л. Хасін і ін.), “Енциклопедія бодібілдингу”, а також програма для планування підготовки у швидкісно-силових видах спорту [5].

Мультимедійна програма “Атлет” була створена групою В.В. Усиченко у 2010 році. Вона розрахована на бажаючих тренуватися у спортивному залі або ж в домашніх умовах. “Атлет” дає безпосередній доступ до будь-якої корисної інформації, включаючи питання медицини і харчування спортсменів. Користувач може вибрати вправи, що відповідають його потребам, і вони виводяться на екран; але й сам розробити свою програму індивідуальних тренувань. Ця програма є доступним наочним посібником, який демонструє на екрані правильний і повний рух при виконанні кожної вправи.

ІТ у фізичному вихованні і спорті використовуються для:

- статистичного аналізу і графічного зображення цифрового матеріалу;
- текстового редагування методичної та ділової документації;
- навчання і контролю теоретичних знань;
- контролю фізичного розвитку і підготовленості;
- підготовки та обробки результатів змагань з різних видів спорту;
- контролю та оптимізації техніки спортивних рухів;
- контролю фізичної роботоздатності;
- створення тренажерних комплексів на базі персональних ЕОМ [6].

Загальні характеристики ІТ у фізичному вихованні і спорті:

- інтерактивний режим роботи з комп’ютером;
- інтегрованість з іншими програмними продуктами;
- гнучкість процесу зміни як даних, так і постановки завдань [7].

Сьогодні визначено такі шляхи впровадження ІТ у сфері фізичного виховання і спорту:

- створення комп'ютерних підручників, навчальних посібників, методичного забезпечення дисципліни, комп'ютерних засобів контролю знань та оцінки якості засвоєння навчального матеріалу;

- тематичних баз даних, спрямованих на інформаційну підтримку відповідної навчальної дисципліни тощо;

- комп'ютерні засоби пошуку та опрацювання інформації – довідкові системи у формі електронних карток, призначених для інформаційного супроводу навчального процесу. Електронні картотеки об'єднують окремі джерела інформації в один потік, є зручною формою подачі інформації і відкривають можливість для роботи з нею.

Проте такі засоби інформаційного супроводу практично не використовуються. Впровадження та використання електронних картотек буде значним кроком у поліпшенні умов сприйняття інформації [8].

При розробці теорії управління пізнавальною діяльністю за допомогою комп'ютерних технологій (КТ) не можна відстоювати спрощену точку зору, вважаючи, що технічний засіб сам управляє складними психологічними процесами, один з яких — навчання людини. КТ — тільки засіб і посередник між викладачем і студентом або вчителем і учнем, а управління пізнавальною діяльністю відбувається тільки в межах моделі, вибраної педагогом на етапах становлення навчального курсу і проведення занять.

Вибір викладачем характеру управляючих дій залежить як від мети навчання, так і від наявних обмежень. Необхідно раціонально розподілити засоби між різними видами процесу навчання і на цій основі забезпечити оптимальну поведінку студентів, учнів у «просторі знань».

Комп'ютерні технології як технічні засоби навчання розвиваються в рамках існуючого навчального процесу, тому повинні більшою або меншою мірою бути сумісними з цим процесом з погляду управляючих дій, але в той же час створювані або створені КТ можуть активно впливати на зміни не тільки методики викладання, але й цілком на всю технологію навчального процесу.

Реалізація нових видів управляючих дій в умовах застосування КТ в значній мірі спрощується завдяки індивідуалізації навчання і можливостям швидкого контролю знань як нового матеріалу, так і будь-якого пройденого. Додатково можна вводити дистанційне навчання та вебінари.

Література:

1. Богданов В. М. Інформаційні технології навчання у викладанні фізичної культури / В. М. Богданов, В. С. Понамарьов, А. В. Соловійов // Теорія та практика фізичної культури. - 2001. - № 8. - З 55-59.

2. Дергачова Л.С. Інформатизація навчального процесу з фізичної культури: використання навігаційних (gps) та інших електронних пристроїв під час тренувань / Л.С. Дергачова. – [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://essuir.sumdu.edu.ua/bitstream/123456789/24237/1/5.pdf>.

3. Сущенко А.В. Інформаційно-комунікаційні технології і засоби навчання в професійній підготовці майбутніх фахівців фізичного виховання і спорту / А.В. Сущенко. – [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://web.znu.edu.ua/herald/issues/2012/fvis-2012-1/104-111.pdf>.
4. Куц А.С. Результати комплексного обстеження населення та шляхи їх впровадження у практику фізичного виховання / О.С. Куц, С.В. Нагірняк, Ю.І. Сбруєва // Матеріали ІІ Міжнар. наук.-практ. конф. «Фізична культура, спорт та здоров'я нації» – Вінниця, 2012. – С.50-53.
5. Волков В. Ю. Комп'ютерні технології у фізичній культурі, оздоровчій діяльності та освітньому процесі / В. Ю. Волков // Теорія та практика фізичної культури. - 2001. - № 4. - 64 с.
6. Дутчак М. В. Спорт для всіх: можливості, проблеми та здобутки // Реалізація здорового способу життя – сучасні підходи: монографія / М. В. Дутчак. – Дрогобич: Коло, 2007. – С. 180-186.
7. Воропай С. Динаміка прояву силових здібностей 4-13 річних дітей центрального регіону України / С. Воропай // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. – Луцьк, 2002. – С. 176–178.
8. Сергієнко Л. П. Тестування рухових здібностей школярів / Л. П. Сергієнко. – К. : Олімпійська література, 2001. – 440 с.

ЕТАПИ ФОРМУВАННЯ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ, СПОРТІ ТА ЗДОРОВ'І ЛЮДИНИ

Мох Т., Коломієць Ю.

Одеський державний університет внутрішніх справ, Україна

Актуальність. На сучасні реалії сьогодення, електронні пристрої зв'язку дуже тісно вкорінилися у наше життя, й наразі жодна людина не може прожити й години, не опустивши очі на екран гаджета. Особливо актуально постало питання про проведення свого дозвілля на фоні суцільної пандемії, з життєвою необхідністю, не виказувати носа з домівки. Тому телефон залишається майже єдиним засобом зв'язку з навколишнім середовищем, тож іноді нудьга, медичні показання чи власні бажання людей, штовхають їх на шлях спорту, який обмежено чотирма стінами власної оселі, тож єдина допомога й спасіння людей криється в інтернет ресурсах, про що й піде мова в сьогоднішній доповіді.

Основний зміст. Загалом злочин не згадати, що оздоровча фізична культура, серед молоді має велику популярність і велику значимість, так як швидко розвивається фізкультурно-оздоровчий сервіс, відкриваються фітнес-центри, де ведеться робота з різим контингентом тих, хто займається.

На сьогоднішній день тенденції розвитку сучасної педагогічної освіти, виражена спрямованість на інформатизацію усіх галузей знань. В вищій школі, визначають актуальність дослідження цього суспільного явища. Використання засобів інформаційних технологій у діяльності учнів дозволяє удосконалити зміст фахової підготовки, форми навчального процесу, індивідуальний підхід у