

5. Mehrab, M. Incidence and Patterns Among Dutch CrossFit Athletes / M. Mehrab, G.A. Kraan, N.M. Mathijssen // *Orthopedic Journal of Sports Medicine*. – 2017. – Vol. 5, Iss. 12. – Режим доступа : <https://www.pubfacts.com/detail/29318170/Injury-Incidence-and-Patterns-Among-Dutch-CrossFit-Athletes> (дата обращения: 01.05.2019).

6. Injury Rate and Patterns Among CrossFit Athletes / B.M. Weisenthal, C.A. Beck, M.D. Maloney, K.E. DeHaven, B.D. Giordano // *Orthopedic Journal of Sports Medicine*. – 2014. Vol. 2, Iss. 4. – Режим доступа : <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/2325967114531177> (дата обращения: 01.05.2019).

REFERENCES

1. Galimova, A.G. et al. (2017), “Justification of the content of high-intensity multifunctional training crossfit”, *Vestnik Bajkalskogo gosudarstvennogo universiteta*, No 1, pp. 143–148.

2. Kokorev, D.A. et al. (2018), “The mechanism of adaptation of functional all-around (crossfit) for the physical education of students”, *Izvestija Tulsckogo gosudarstvennogo universiteta. Fizicheskaja kul'tura. Sport*, No. 1, pp. 81-88.

3. Feito, Y., Burrows, E.K., Tabb, L.P. (2018), “4-Year Analysis of the Incidence of Injuries Among CrossFit-Trained Participants”, *Orthopedic Journal of Sports Medicine*, Vol. 6, issue 10, doi: <https://doi.org/10.1177/2325967118803100>.

4. McGill, S.M. (2017), *Ultimate back fitness and performance*, Backfitpro Inc., Waterloo, Canada, available at: <https://www.backfitpro.com/books/ultimate-back-fitness-and-performance-6th-edition-2017/> (accessed 18 May 2019).

5. Mehrab M., Kraan G.A., Mathijssen, N.M. (2017), “Injury Incidence and Patterns Among Dutch CrossFit Athletes”, *Orthopedic Journal of Sports Medicine*, Vol. 5, issue 12, doi: <https://doi.org/10.1177/2325967117745263>.

6. Weisenthal, B.M., Beck, C.A., Maloney, M.D., DeHaven, K.E., Giordano, B.D. (2014), “Injury Rate and Patterns Among CrossFit Athletes”, *Orthopedic Journal of Sports Medicine*, Vol. 2, issue 4, doi: <https://doi.org/10.1177/2325967114531177>.

Контактная информация: Kazanseva.inet@mail.ru

Статья поступила в редакцию 18.06.2019

УДК 796.011.1:004

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕКТРОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ РЕСУРСОВ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ШКОЛЬНИКОВ

Ирина Геннадьевна Калина, кандидат педагогических наук, доцент, Набережночелнинский институт Казанского федерального университета; Ирина Анатольевна Самохвалова, заместитель директора, Оксана Валерьяновна Зайнеева, директор, Татьяна Валерьевна Власенко, тренер, Спортивная школа № 10, г. Набережные Челны

Аннотация

Целью исследования, результаты которого представлены в статье, послужила разработка электронного образовательного курса, призванного обеспечить учебными, методическими и контрольными средствами освоение учащимися среднего школьного возраста теоретического и практического материала по баскетболу программы по физической культуре. Раскрывается его структура и содержание, дается оценка эффективности использования в образовательном процессе информационных технологий относительно повышения интереса школьников к тренировочным занятиям и результативности учебной деятельности.

Ключевые слова: физическое воспитание школьников, мотивация к занятиям физическими упражнениями, электронный курс.

APPLICATION OF ELECTRONIC LEARNING RESOURCES IN SCHOOLCHILDREN PHYSICAL EDUCATION

Irina Gennadyevna Kalina, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Kazan Federal University Naberezhnye Chelny Institute; Irina Anatolyevna Samokhvalova, the deputy director, Oksana Valerievna Zajneeva, the director, Tatyana Valerievna Vlasenko, the coach, Sport school No. 10, Naberezhnye Chelny

Annotation

The purpose of the research, the results of which are presented in the article, was the development of e-course appealing to provide the middle-aged schoolchildren with learning, methodological and control aids when studying the theoretical and practical material within the physical culture basketball program. The article reveals the structure and contents of the e-course and also makes an assessment of the effectiveness of the use of information technologies in the educational process with respect to increasing the interest of schoolchildren to training sessions and the effectiveness of learning activities.

Keywords: physical education of schoolchildren, motivation to physical exercises, e-course.

ВВЕДЕНИЕ

На сегодняшний день, к сожалению, приходится признать, что интерес учащихся к занятиям физической культурой и спортом падает: если первоклассники практически все с удовольствием бегут на урок, то уже многие из старшекласников пытаются их избежать, добывая медицинские справки об освобождении, или попросту прогуливают занятия. Проведенное анкетирование учащихся 6–8 классов одной из школ г. Набережные Челны (348 человек) показало низкую в целом мотивацию школьников к спортивной деятельности – только 16% из числа опрошенных занимаются в детских спортивных школах, клубах и школьных секциях; 58% лишь иногда занимаются физическими упражнениями самостоятельно (в бассейне, на велопрогулках, катание на коньках и т. п.), а остальные – только на школьных уроках по физической культуре, и в большинстве случаев с целью получения оценок по дисциплине.

Причины низкой заинтересованности школьников в активных занятиях физическими упражнениями отчасти связаны с низкой материально-технической базой школ и однообразием уроков, не позволяющими раскрыть весь потенциал и привлекательность этого вида учебной деятельности, а также с появлением в последнее время у учащихся новых увлечений (компьютерные игры, видеофильмы, интернет-общение и др.) [1, 2, 3]. Причины кроются, несомненно, и в семейных устоях (на преемственность спортивной деятельности в семье указали лишь 19% опрошенных), в недостаточности знаний в данной предметной области, а также в суждении школьников о том, что при существующей организации учебного процесса и его материальном обеспечении уроки физической культуры не способны существенно влиять на физическое развитие, здоровье и формировать технические умения в различных видах спорта.

Для того чтобы сформировать у учащихся устойчивые мотивы, связанные с личной потребностью в двигательной активности, необходимо использовать популярные тренировочные средства, а также скорректировать методику преподавания путем применения дидактических средств нового поколения, содействующих осознанному отношению к физкультурным занятиям, от чего зависит не только их результативность, но и развитие у учащихся мотивации к самостоятельной физической активности [4, 5, 6]. Использование в этой связи современных информационных технологий, благодаря их востребованности во всех сферах жизнедеятельности людей и особой популярности у молодежи, способно значительно активизировать познавательную деятельность школьников и в области физической культуры и спорта [7, 8, 9, 10].

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ЧАСТЬ

Целью нашего эксперимента послужила разработка и оценка эффективности использования в учебном процессе электронного образовательного курса (ЭОК), расширяющего возможности освоения учащимися среднего школьного возраста теоретического, методического и практического материала по баскетболу в рамках учебной программы по физической культуре. Баскетбол пользуется популярностью у современной молодежи и по праву занимает ведущее место среди средств физического воспитания. Однако, результаты контрольно-педагогических испытаний, проведенных до педагогического эксперимента, показали, что большинство учащихся 7-х и 8-х классов практически не владеют техническими элементами баскетбола – 55% испытуемых получили среднеарифметическую оценку ниже 3 баллов по нормативам, разработанным учебно-методическим советом школы.

Таблица 1 – Результаты выполнения учащимися 7–8-х классов нормативов технической подготовленности в баскетболе (по пятибалльной шкале)

Классы	Средняя оценка за выполнение упражнений с элементами баскетбола					
	штрафной бросок мяча		бросок мяча с 2-го шага		скоростное ведение мяча	
	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки
7	2,85	2,77	2,93	2,81	2,70	2,56
8	3,08	2,84	3,11	2,92	2,99	2,67
Итого	2,89		2,94		2,73	

Тестирование исходного уровня освоения учащимися среднего школьного возраста технических элементов баскетбола проводилось по контрольным упражнениям: скоростное ведение баскетбольного мяча правой и левой рукой с изменением направления движения (оценивается минимальное время выполнения упражнения), штрафной бросок мяча (оценивается техника броска и результативность из 10 попыток), бросок мяча с 2-го шага после технически правильного ведения мяча от средней линии баскетбольной площадки.

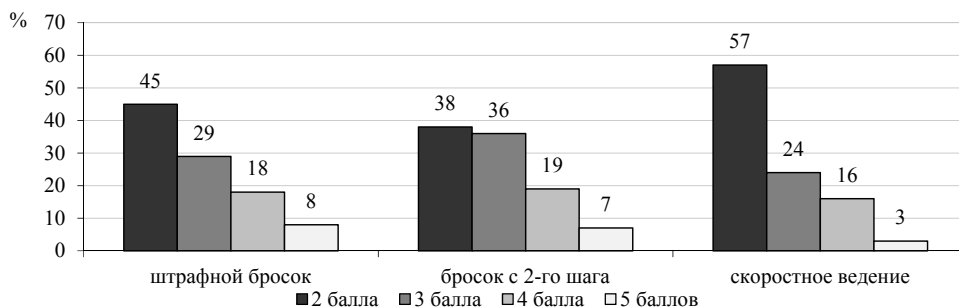


Рисунок 1 – Соотношение результатов выполнения учащимися контрольных упражнений по пятибалльной шкале, %

Анализ полученных результатов обозначил необходимость повышения качества обучения школьников в видах спорта на основе совершенствования применяющихся педагогических технологий и средств.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Размещенный на школьном сайте ЭОК предусматривает разбивку всего учебного материала на темы – история развития баскетбола, характеристика баскетбола как вида спорта, правила соревнований, классификация и описание технических элементов игры, основы тактических взаимодействий игроков в баскетболе. Также в темах охарактеризованы основные методы и средства воспитания физических способностей баскетболистов, включены упражнения для обучения и совершенствования технических элементов баскетбола, представлены списки информационных ресурсов, определены контрольные

требования и средства обратной связи с преподавателем.

Представленный в ЭОК программный материал, оснащенный интерактивными презентациями, обширным видеоматериалом, рисунками, фотографиями, схемами, таблицами, помог сделать учебно-воспитательный процесс более интересным для обучающихся, интенсивным и результативным. Информационно-коммуникационные технологии расширили доступ и к методической литературе по предмету; создали возможность разнообразить домашние задания; простимулировали самоподготовку, что несомненно способствовало учебной активности школьников. Контрольно-измерительные средства содержатся в каждой теме в виде вопросов для самоподготовки, викторин, тестов с автоматизированной проверкой результатов, кроссвордов, практических заданий, требующих изыскание учащимися необходимого материала в дополнительной литературе. Приводится и перечень упражнений для оценки уровня овладения техническими элементами баскетбола.

На этапе педагогического эксперимента были выделены две группы школьников – экспериментальная и контрольная. Экспериментальную группу составили учащиеся 8А и 8Б классов (58 человек), которые в период проводимого исследования использовали ЭОК по баскетболу на учебных занятиях в школе и в самостоятельной подготовке, а учащиеся 8В и 8Г классов (57 человек) вошли в контрольную группу и занимались по традиционно используемой технологии организации учебных занятий.

Сравнительная оценка результатов тестирования технической подготовленности учащихся после завершения экспериментального периода показала следующее:

- в контрольном упражнении «штрафной бросок мяча» улучшить свою оценку хотя бы на 1 балл смогли 59% участников экспериментальной группы, а средняя оценка в этом упражнении в 8А и 8Б классах выросла на 22%. Для сравнения – в контрольной группе улучшили свой результат 42% учащихся, а средняя оценка в 8В и 8Г классах увеличилась на 16%;

- в упражнении «бросок мяча с 2-го шага» улучшить свою оценку хотя бы на 1 балл смогли 69% участников экспериментальной группы, а средняя оценка в этом упражнении в классах выросла на 27%. Для сравнения – в контрольной группе улучшили свой результат 46% девочек и мальчиков, а средняя оценка в этих классах увеличилась на 18%;

- в упражнении «скоростное ведение мяча» улучшить свой результат смогли 47% мальчиков и девочек экспериментальной группы, а средняя оценка в этом упражнении в классах выросла на 19%. Для сравнения – в контрольной группе улучшили свой результат 21% учащихся, а средняя оценка в классах увеличилась на 8%.



Рисунок 2 – Количество учащихся экспериментальной и контрольной групп, улучшивших свои результаты в контрольных упражнениях хотя бы на 1 балл, %

Результаты участия в соревнованиях по баскетболу среди восьмиклассников также свидетельствуют о более результативном совершенствовании технических навыков данной игры учащимися экспериментальных классов.

Кроме того, нельзя не отметить, что учащиеся экспериментальной группы, в отличие от остальных восьмиклассников, благодаря использованию ЭОК, более детально изучили теоретический материал раздела «Баскетбол», о чем убедительно свидетельствуют результаты тестирования теоретической подготовленности, возможность которого обеспечена ЭОК. Положительно выполнили тесты 93% протестированных (при условии – не менее 75% правильных ответов).

ВЫВОДЫ

Таким образом доказано, что электронное издание образовательного назначения, содержащее систематизированные текстовые, графические, фото- и видеоматериалы, способно, за счет реализации системной и структурно-функциональной связанности представления учебного материала, компьютерной визуализации учебной информации, возможности оперативного контроля и самоконтроля знаний и умений при выполнении занимающимися упражнений и тестов, обеспечить творческое и активное овладение учащимися новыми знаниями и умениями, в том числе в области физической культуры.

Учащиеся экспериментальной группы в среднем на 12% лучше выполнили нормативы технической подготовленности и с лучшим результатом выступили на соревнованиях по баскетболу.

ЛИТЕРАТУРА

1. Клименко, А.А. Исследование участия родителей в формировании спортивной мотивации детей / А.А. Клименко, И.В. Штайн, А.К. Семерджян // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* – 2017. – № 11 (153). – С. 104-108.
2. Максачук, Е.П. Влияние средств повышения мотивации к тренировочным занятиям на физическую подготовленность юных спортсменов / Е.П. Максачук // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* – 2014. – № 9 (115). – С. 186-189.
3. Оголь, П.С. Мотивации школьников к занятиям физической культурой / П.С. Оголь // *Актуальные проблемы экспериментальной и клинической медицины.* – 2017. – С. 690-694.- уберу
4. Панкратович, Ю.Г. Теоретическое обоснование направлений формирования мотивации школьников к занятиям физической культурой / Ю.Г. Панкратович, В.Ю. Зиамбетов // *Физическая культура, спорт и здоровье : сб. трудов.* – Чебоксары, 2014. – С. 194-198.
5. Aidarov, R.A. Didactic approaches to the projection of teaching facilities: the state of the problem and the ways of solution / R.A. Aidarov, I.G. Kalina // *Modern Journal of Language Teaching Methods.* – 2017. – Vol. 7, Issue 9.1. – P. 164-168.
6. Калина, И.Г. Роль визуальных представлений при обучении двигательным действиям / И.Г. Калина // *Актуальные проблемы физической культуры и спорта : материалы научно-практической конф.* – Чебоксары, 2016. – С. 346-350.
7. Колыхматов, В.И. Современные цифровые образовательные технологии в школах Ленинградской области в условиях цифровизации образования / В.И. Колыхматов // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* – 2018. – № 8 (162). – С. 87-92.
8. Иващенко, В.П. Оценка эффективности информатизации как способа мотивации студентов специальной медицинской группы к занятиям лечебной физической культурой / В.П. Иващенко, Л.В. Митенкова, Л.И. Халилова // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* – 2019. – № 2 (168). – С. 164-168.
9. Калина, И.Г. Визуальная коммуникация в физкультурном образовании / И.Г. Калина, Р.А. Айдаров // *Коммуникативные стратегии информационного общества : труды научно-теоретической конф.* – СПб. : Политех-Пресс, 2018. – С. 398-400.
10. Роберт, И.В. Теория и методика информатизации образования : монография / И.В. Роберт. – М. : Бинном, 2014. – 398 с.

REFERENCES

1. Klimenko, A.A., Stein, I.V. and Semerjian, A.K. (2017), “Study of parental participation in the formation of children's sports motivation”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 11(153), pp. 104-108.

2. Maksachuk, E.P. (2014), "Influence of means of increase of motivation to training occupations on physical readiness of young athletes", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No 9 (115), pp. 186-189.
3. Ogol, P.S. (2017), "Motivation of schoolchildren to physical training", *Actual problems of experimental and clinical medicine*, pp. 690-694.
4. Pankratovich, Yu.G. and Ziambetov, V.Yu. (2014), "Theoretical substantiation of directions of formation of motivation of schoolchildren to physical culture", *Physical culture, sport and health, Cheboksary*, pp. 194-198.
5. Aidarov, R.A. and Kalina, I.G. (2017), "Didactic approaches to the projection of teaching facilities: the state of the problem and the ways of solution", *Modern Journal of Language Teaching Methods*, vol. 7, Issue: 9.1, pp. 164-168.
6. Kalina, I.G. (2016), "The role of visual representations in teaching motor actions", *Actual problems of physical culture and sport, Proceedings of the 6th International conference*, Cheboksary, 2016, pp. 346-350.
7. Kolykhmatov, V.I. (2018), "Modern digital educational technologies in schools of the Lenin-grad region in the conditions of digitalization of education", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 8 (162), pp. 87-92.
8. Ivashhenko, V.P., Mitenkova, L.V. and Khalilova, L.I. (2019), "Evaluation of the effectiveness of Informatization as a way to motivate students of a special medical group to engage in physical therapy", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 2 (168), pp. 164-168.
9. Kalina, I.G. and Aidarov, R.A. (2018), "Visual Communication in Physical Education", *Communication strategies of the information society, Proceedings of the 10th International conference*, Saint-Petersburg, 2018, pp. 398-400.
10. Robert, I.V. (2014), *Theory and methods of Informatization of education*, Binomial, Moscow.

Контактная информация: KalinaIrinaGenn@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 05.06.2019

УДК 796.011.3

ТЕХНОЛОГИЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ УНИФИЦИРОВАННЫХ ТРЕНИРОВОЧНЫХ КОМПЛЕКСОВ В ХОДЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП

Светлана Николаевна Карпова, соискатель,

Геннадий Сергеевич Пригода, кандидат педагогических наук,

Санкт-Петербургский государственный университет аэрокосмического приборостроения

Аннотация

В статье обоснована технология использования унифицированных тренировочных комплексов в ходе физического воспитания студентов специальных медицинских групп. Установлено, что для групповой деятельности студентов специальных медицинских групп в ходе занятий с использованием унифицированных тренировочных комплексов характерным является совместное изучение теоретических основ здорового образа жизни и профилактики разных заболеваний. Для них важными становятся ценности здорового образа жизни. В ходе занятий у студентов специальных медицинских групп, идет обмен полезной информацией. Возникает потребность деятельности для профилактики разных заболеваний. Наличие интереса к таким занятиям позитивно влияет на индивидуальное улучшение функционального состояния, на степень взаимопонимания и интереса при решении задач профилактики разных заболеваний.

Ключевые слова: технология; студенты специальных медицинских групп; унифицированные тренировочные комплексы; средства физического воспитания.