

**Муниципальное бюджетное учреждение
«Информационно-методический центр»
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
города Набережные Челны
«Городской дворец творчества детей и молодёжи №1»**

**ЦИФРОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ КАК РЕСУРС МОДЕРНИЗАЦИИ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА В ОБЪЕДИНЕНИЯХ
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
ОРГАНИЗАЦИЙ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**сборник материалов
муниципального практико-ориентированного семинара
для педагогов дополнительного образования
физкультурно-спортивной направленности**

**г. Набережные Челны
2022 год**

«Цифровые технологии как ресурс модернизации образовательного процесса в объединениях физкультурно-спортивной направленности организаций дополнительного образования»: материалы практико-ориентированного семинара для педагогов дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности. – Набережные Челны, 2022 год – 73 с.

Составители:

А.В. Камардин, заведующий отделом «Олимпиец» МАУДО «Городской дворец творчества детей и молодёжи №1» г. Набережные Челны

В.В. Шакирова, методист отдела «Олимпиец» МАУДО «Городской дворец творчества детей и молодёжи №1» г. Набережные Челны

В сборнике представлены материалы из опыта работы педагогов дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности, методистов и педагогов-организаторов.

Составители не несут ответственности за содержание, качество предоставляемых авторами материалов.

Содержание

1.	Агишев Р.Р. 5 «Использование информационно-коммуникационных технологий в практической деятельности педагога дополнительного образования»
2.	Ахметова Ф.Г. 10 «Цифровые информационные технологии как новый этап в развитии физкультурного образования»
3.	Ахметянова Э.Г. 15 «Роль ИКТ в театральной деятельности»
4.	Воробьёва О.А. 19 «Рекомендации по обеспечению информационной безопасности»
5.	Егоров А.М. 25 «Видеоматериалы по лёгкой атлетике как часть метода наглядного восприятия»
6.	Иванов Л.В. 28 «Возможности использования мобильных приложений в объединении «Мини-футбол»
7.	Камардин А.В. 31 «Применение цифровых технологий на занятиях в объединении «Вольная борьба» при изучении приёмов»
8.	Карпухин Д.В. 34 «Формирование цифровых компетенций у педагогов дополнительного образования физкультурно-спортивной и туристско-краеведческой направленностей»
9.	Мусина Т.Н. 38 «Технологии и открытое тренировочное занятие»
10.	Николаева С.В. 40 «Использование цифровой технологии в воспитательной работе объединения дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности»
11.	Нотфуллин И.Х., Муллахметов Р.Р. 43 «Основные виды информационных технологий, применяемые в спорте и в спортивной борьбе»
12.	Охотников С.П. 50 «Применение видеоматериалов в тренировочном процессе по вольной борьбе»
13.	Полуянов В.Н. 53 «Использование информационно-коммуникационных технологий на занятиях по мини-футболу»
14.	Потапенко О.В. 57 «Совершенствование техники «накаты слева и справа» с использованием мультимедиа и специальных тренажеров» по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Настольный теннис»
15.	Харитонов В.К. 62 «IT-технологии в боевых искусствах при проведении онлайн-мероприятий по каратэ в дополнительном образовании»

16.	Шакирова В.В.	67
	«Цифровые ресурсы, применяемые в работе педагогами физкультурно-спортивной направленности отдела «Олимпиец»	
17.	Шепелев Н.А.	70
	«Цифровые ресурсы, применяемые в работе педагога дополнительного образования при обучении футболу»	

Использование информационно-коммуникационных технологий в практической деятельности педагога дополнительного образования

Агишев Рамил Рафаилович

педагог дополнительного образования

МАУ ДО «Детско-юношеский центр №14»

г. Набережные Челны

Дополнительным называют образование, приобретаемое, получаемое на добровольной основе. Это образование, обращенное к личности, индивидуальное, свободное от формальных требований жестких границ и стандартов.

Информационные технологии – это процесс, использующий совокупность средств и методов сбора, обработки и передачи данных для получения информации нового качества. Цель информационных технологий – производство информации для ее анализа человеком и принятия на его основе решения по выполнению какого-либо действия.

Современная система дополнительного образования находится в стадии существенных преобразований. Создаются условия для поэтапного перехода к новому уровню образования на основе информационных технологий и применения их в данной системе.

Проблема свободной жизнедеятельности и связанный с ней вопрос свободного времени выходит за рамки школьного обучения. Формально за их решение отвечает система дополнительного образования. Задача взаимодействия со средой свободной жизнедеятельности, в которой происходит важнейший процесс культурной социализации, становится сегодня насущной в теоретическом и практическом плане.

Применение современных информационных технологий в дополнительном образовании детей первоначально с позиции профессиональной деятельности педагога, так как, дает широкие

возможности для совершенствования образовательного процесса в учреждениях дополнительного образования детей.

Основными возможностями применения информационных технологий на занятиях считаем:

- расширение содержания изучаемого материала;
- обеспечение совершенствования методики обучения;
- обеспечение эффективности методики проведения занятий;
- формирование у обучающихся мировоззрения открытого информационного общества;
- формирование умений самостоятельного поиска, анализа и оценки информации;
- овладение навыками использования информационных технологий;
- доступ к большому объёму информации;
- формирование умения принимать оптимальное решение;
- возможность самоконтроля и самоподготовки;
- развитие наглядно-образного мышления;
- формирование информационной культуры;
- экономия времени;
- развитие познавательной и творческой активности обучающихся и педагога;
- повышение эффективности и доступности обучения и воспитания;
- использование новых форм работы.

Современное развитие дополнительного образования детей тесно связано с активным внедрением информационных технологий в процесс обучения, что активизирует мотивационный, познавательный, деятельностный компонент. Информационные технологии в дополнительном образовании открывают возможности совершенно новых методов обучения. Применение информационных технологий в образовании позволяет повысить качество обучения, создать новые средства воспитательного

воздействия, более эффективно взаимодействовать педагогам и обучающимся. Новые информационные образовательные технологии на основе компьютерных средств позволяют повысить эффективность занятий на 20-30%, достигнуть эффекта быстрого включения обучающегося в учебно-познавательную и воспитательную деятельность.

Педагог в своей работе должен ориентироваться на педагогику сотрудничества и возможность создавать позитивные условия для самоопределения. Применение современных информационных технологий возможно в следующих формах:

- разработка презентаций обучающимися;
- подготовка дидактических материалов;
- видеозаписи проведённых мероприятий;
- связь между педагогом, родителями и обучающимися;
- диагностика обучающихся;
- сбор и хранение информации.

Электронные ресурсы могут быть использованы на этапе изучения нового материала, на этапе повторения, на этапе контроля, что помогает подростку стать активным участником образовательного процесса.

Чаще всего используются: компьютер, ноутбук, медиапроектор, смартфон. С помощью данных средств обучения можно знакомиться с новым материалом, готовить презентации по предложенным темам. Также помогает более эффективно и с меньшей затратой времени проанализировать работу. При использовании информационных технологий обучающиеся становятся активными участниками образовательного и воспитательного процессов.

Выполнение компьютерных презентаций создает предпосылки для формирования у ребят устойчивых взглядов на отбор и комментирование своих презентации. У подростков формируются специальные навыки работы с компьютером (выполнение текста, сканирование фотографий, поиск рисунков и т.д.).

В результате применения информационных технологий обучающиеся получают следующие знания:

- углубление знаний о возможности и особенности компьютерных средств обработки текстов;
- знакомство с технологиями использования средств мультимедиа и создания электронных презентаций;
- усвоение принципов функционирования, назначения и возможности сети Интернет, ее основных информационных служб, организации поиска информации;
- углубление знаний о правилах отбора информации с сайта;
- знакомство с правилами безопасного поведения при скачивании информации;
- освоение технологий работы с компьютером, планшетом, ноутбуком, смартфоном.

Социальные сети – это сообщество людей с одинаковыми интересами. Каждый коллектив – это одна социальная группа. А компьютерные социальные сети – это способ поддержать интерактивную связь между этими группами людей. Использование социальных сетей в учебном процессе – это один из способов повышения мотивации и качества обучения. Одним из самых востребованных направлений в сфере образования является использование информационно-коммуникационных технологий. Современный подросток должен уметь самостоятельно и активно работать с информацией, уметь относиться к ней критически и применять её в зависимости от целей и задач своей деятельности. Современный педагог, в свою очередь, должен уметь научить этому.

Для оперативного оповещения о том, что будет происходить на занятиях, что приносить, куда приходить – можно создать группу в социальной сети. В данной группе обучающиеся, могут участвовать в работе: высказывая своё мнение, предлагая варианты и планы работы. Это хорошая возможность для общения и обсуждения предстоящего или готовящегося

дела. Для сверхоперативного информирования обучающихся также используется данная группа.

Считаем, что в педагогической деятельности возможности социальных сетей можно использовать для решения самых различных задач: в социальных сетях можно эффективно организовать коллективную работу группы, долгосрочную проектную деятельность, мобильное непрерывное образование и самообразование, обмены информацией с другими людьми, увлекающимися общим делом.

Таким образом, очевидно, что применение информационных технологий, при условии сохранения наиболее ценного опыта традиционных методов работы в дополнительном образовании детей, предоставляют возможности совершенствования целей, содержания, методов, организационных форм, технологий, средств обучения, а также выступают одним из показателей профессиональной компетентности педагога дополнительного образования.

Литература

1. Алешин, Л.И. Информационные технологии : учебное пособие / Л.И. Алешин. – М. : Маркет ДС, 2008. – 384 с

Цифровые информационные технологии как новый этап в развитии физкультурного образования

Ахметова Фарида Гарифовна

методист

МАУ ДО «Детско-юношеский центр №14»

г. Набережные Челны

В современных условиях информационного общества, когда происходят массовая сетевая коммуникация и глобализация, важным направлением государственной политики становится развитие цифровых технологий, используемых во всех сферах человеческой деятельности: экономике, производстве, медицине, спорте и образовании. Необходимость цифровой трансформации этих сфер нашла отражение в важнейших документах, таких как национальные проекты «Цифровая экономика» и «Стратегия развития информационного общества в Российской Федерации на 2017–2030 годы», в которых раскрываются основные направления развития страны на ближайшую перспективу. Как указывал В.В. Путин: «Цифровая экономика – это не отдельная отрасль, по сути, это основа, которая позволяет создавать качественно новые модели бизнеса, торговли, логистики, производства, изменяет формат образования, здравоохранения, госуправления, коммуникаций между людьми, а следовательно, задает новую парадигму развития государства, экономики и всего общества»

Серьезным испытанием в связи с распространением новой коронавирусной инфекции (2019-nCoV) стал переход на дистанционную форму обучения. В физическом развитии и спорте возникла необходимость привлечения компьютерных технологий к учебному процессу, а также необходимость стимулирования самостоятельной физкультурно-спортивной деятельности обучающихся, с учётом индивидуальных двигательных возможностей. Компьютерные программы, компьютерные технологии, как

технические средства обучения, развиваются в рамках самого процесса обучения, поэтому должны быть в большей степени совместимы с этим процессом, с точки зрения управляющих воздействий, в то же время эти программы должны влиять не только на отдельные методики преподавания, но и на весь учебный процесс целиком. Средства компьютерных технологий в физической культуре и спорте — это программные, программно-аппаратные, технические средства и устройства, функционирующие на базе вычислительной техники, современных средств и систем транслирования информации, а так же обеспечивающие операции по сбору, накоплению, хранению, обработке, передаче информации к информационным ресурсам компьютерных сетей. Средства информационных технологий используются вместе с учебно-методическими, нормативно-техническими материалами для реализации педагогического процесса. Программно-педагогические средства в физической культуре и спорте используются в учебно-тренировочном процессе, интенсификации этого процесса и в целях развития личности обучаемого. Современные программно-педагогические средства реализуются на базе технологии мультимедиа. Пользователи информационного ресурса используют интерактивные средства информационных технологий. Развитие учебного процесса в информационно-коммуникационной среде происходит благодаря взаимодействию обучаемого, педагога и информационным технологиям. Чтобы развить познавательную активность у обучающегося, необходимо широкое наполнение компонентов коммуникационной среды предметным содержанием. Приёмы, методы, способы и средства транспортировки, обработки, трансляции — это необходимые приёмы компьютерных технологий, используемые в физической культуре и спорте. Компьютерные программы помогают педагогу планировать физическую подготовленность, общую двигательную активность и контролировать психофизическое состояние обучающихся. Компьютерные технологии очень востребованы в физическом развитии, так как они базируются на быстром действии и универсальности. На методах кодировки и передачи

информации основана система, которая позволяет в кратчайшие промежутки времени совершать множество разноплановых задач. С помощью цифровых технологий быстрее и легче организовать тренировочный процесс, использовать мониторинг и анализ действий обучаемого. Интерес к занятиям физической культуры и спорта легко пробудить у детей и молодежи, если внедрять в обучающий и тренировочный процесс цифровые и инновационные технологии.

На данный момент очень много технических новинок, которые можно использовать на занятиях физической культурой во время дистанционного обучения. Современные системы наблюдения помогают более точно контролировать и анализировать тренировочный процесс. Управлять состоянием ребенка во время тренировок позволяет диагностическая аппаратура с использованием записывающих устройств, для последующего анализа и корректировки техники тренировок. Тензометрические устройства широко применяются для регистрации опорной реакции при выполнении физических упражнений. Позволяют контролировать действия в командных видах спорта автоматизированные системы контроля. С помощью диагностической аппаратуры проводится чёткий анализ физкультурной деятельности, а также с её помощью можно подбирать наилучшие средства и методы повышения спортивной работоспособности. Для занятий физкультурой и спортом широкое распространение получил спортивный инвентарь с использованием цифровых технологий, такой как «умный» мяч, который помогает в отработке техники ударов, мощности и передаёт информацию на компьютер, где, впоследствии, можно посмотреть траекторию, силу удара и другие параметры. «Умные» гантели могут подсчитывать количество сожжённых калорий во время тренировки, помогая распределять нагрузку согласно световым показаниям. Цифровые технологии получили широкое распространение и в спортивной экипировке. Кроссовки с сенсорами фиксируют вес, распределяют давление и параметры движения. Информация собирается и анализируется с помощью специального

программного обеспечения. Умные вещи становятся неотъемлемой частью нашей жизни. Они помогают организовать режим дня, правильное питание, эффективность индивидуальных тренировок и многое другое. Умные часы iWatch помогают следить за состоянием здоровья во время занятий физкультурой и спортом, определять ритм биения сердца, частоту дыхания, давление, состояние воздуха, допускают загрузку спортивных приложений, которые могут стать незаменимым помощником на тренировке. С ними можно следить за своим здоровьем и корректировать темп занятий. Приложение Workout считает сожжённые калории и пройденную дистанцию во время тренировки. Ещё одно цифровое устройство — умные весы, которые способны определять не только вес, но и ряд других физиологических показателей тела. Цифровые технологии в спортивной практике оказывают огромное влияние на оптимизацию тренировочного процесса, спортивное оборудование, повышение спортивного результата и на психофизическую подготовку. Повышение эффективности тренировочного процесса на каждом этапе, может быть осуществлено только в результате объединения фрагментарных знаний.

Таким образом, компьютерные технологии способствуют эффективности интеллектуальной деятельности в процессе занятий физкультурой и спортом. Компьютерные программы, компьютерные технологии, развиваются быстрыми темпами в рамках существующего процесса. Использование IT-технологий несёт в себе множество плюсов, а именно: быстрота, надёжность, возможность оптимизировать накопленные знания, возможность подобрать эффективную программу, рассчитанную на конкретного пользователя.

Литература

1. Анжаурова, Е. Н., Егорычева, Е. В., Шлемова, М. В., Чернышева, И. В. Использование информационных технологий в спорте и физической

культуре // Международный журнал экспериментального образования. — 2014. — № 7–2. — С. 92–93;

2. Спорт высоких инноваций. ТОП-10 лучших примеров слияния спорта и технологий // Novate [Электронный ресурс]. — 2017 — Режим доступа: <https://novate.ru/blogs/140813/23740/>;

3. Фатеенков, М. М., Чернышева, И. В., Егорычева, Е. В., Шлемова, М. В., Мустафина, Д. А. Современные технологии в спорте // Международный студенческий научный вестник. — 2015. — № 5–4.

Роль ИКТ в театральной деятельности

Ахметянова Эндже Галимзяновна

педагог-организатор

МАУ ДО «Детско-юношеский центр №14»

г. Набережные Челны

В отличие от обычных технических средств обучения, информационно-коммуникационные технологии позволяют не только насытить ребенка большим количеством готовых, строго отобранных, соответствующим образом организованных знаний, но и развивать интеллектуальные, творческие способности.

Используя информационные технологии в театрализованной деятельности, я предполагаю реализацию следующих целей: во-первых, обеспечение содержательной и технологической поддержки основным средствам обучения. Во-вторых, формирование общей культуры, эрудиции школьников. В-третьих, развитие и углубление интереса воспитанников к театрализованной деятельности.

Также информационные технологии выполняют ряд дидактических функций: образовательную, развивающую, воспитательную.

Образовательная функция ориентирована на формирование знаний, умений и навыков.

В результате работы педагога с использованием информационных технологий усиливается развивающий эффект обучения: формирование у детей качественных характеристик восприятия, воображения, внимания, памяти и мышления.

Одним из очевидных достоинств использования ИКТ является усиление наглядности, что способствует воспитанию художественного вкуса детей, совершенствованию их эмоциональной сферы.

В содержание театральной деятельности в объединении «Волшебная сцена» с использованием ИКТ включаю:

- просмотр кукольных спектаклей и беседы по ним;
- игры-драматизации;
- упражнения для социально-эмоционального развития детей;
- упражнения по дикции (артикуляционная гимнастика);
- упражнения на развитие детской пластики;
- упражнения на развитие выразительной мимики;
- театральные этюды;
- подготовка (репетиции) и разыгрывание разнообразных сказок и инсценировок;

Система работы по развитию творческих способностей детей в театрализованной деятельности с применением ИКТ строится в соответствии со следующими принципами:

1. Принцип психологической комфортности – создание условий, в которой дети чувствуют себя «как дома», снятие стрессообразующих факторов, ориентация детей на успех, а главное, ощущение радости, получение удовольствия от самой деятельности.

2. Принцип творчества (креативности) – максимальная ориентация на творческое начало, приобретение детьми собственного опыта творческой деятельности.

3. Принцип целостного представления о мире – формирование научной картины мира, личностном отношении ребёнка к полученным знаниям, умение применять их в своей практической деятельности.

4. Принцип вариативности – понимание возможности различных вариантов решения задачи.

5. Принцип минимакса – учёт индивидуальных способностей детей и обеспечение им продвижения вперёд своим темпом.

Расширение информационных потоков с помощью ИКТ обогащает процесс фантазирования, которое должно опираться на глубокое понимание событий, быть правдоподобным. При этом с помощью интернет-технологий с участниками ищем различные, но обоснованные версии событий, описываемых в пьесе.

Способность компьютера воспроизводить информацию одновременно в виде текста, графического изображения, звука, речи, видео, запоминать и с огромной скоростью обрабатывать данные позволяет специалистам создавать для детей новые средства деятельности, которые принципиально отличаются от всех существующих игр и игрушек. Все это предъявляет качественно новые требования, одна из главных задач которого – заложить потенциал обогащенного развития личности ребенка.

Специфические особенности информационных технологий могут позволить оценить их роль и в развитии творческих способностей детей в театрализованной деятельности.

Во-первых, информационные технологии позволяют дополнить содержание и методику работы по театрализованной деятельности, увеличат возможность обогащения и систематизации чувственного опыта детей.

Особенно в тех случаях, когда в реальной ситуации это восприятие невозможно или затруднительно. К примеру, демонстрация игры актеров, выразительных приемов передачи особенностей роли. После выбора и читки отрывки, когда начали анализировать образы, появилась проблема - дети не могли раскрыть характер своего героя. Тогда отснятый фрагмент из спектакля «Авыл эте – акбай», где играли актеры татарского драматического театра им. Г. Камала очень помог юным артистам. Только после этого началась плодотворная работа над образом.

Во-вторых, уровень наглядности значительно выше, чем в пособиях с печатной основой.

Причем наглядность более высокого уровня, так как она реализуется с помощью анимации, звукового сопровождения, видеофрагментов.

Театрализованная деятельность с использованием презентационного материала, мультимедийных пособий, приобретает новую окраску, проходит более эмоционально, выразительно, что в итоге и способствует повышению уровня развития творческих способностей детей.

Содержанием занятий по театрализованной деятельности является не только знакомство с текстом литературного произведения или сказки, но и с жестом, мимикой, движением, костюмом, мизансценой и т.д., то есть со «знаками», играющими роль выразительного языка. Здесь опять на помощь приходят информационно-коммуникационные технологии.

Информационно-коммуникационные технологии – мощный, эффективный инструмент педагога, воздействующий на эмоциональную сферу ребёнка за счёт привлекательного дизайна, мультимедийных разработок, звукового, видео и анимационного сопровождения.

Литература

1. Алексеева, М. Б., Балан, С. Н. Технологии использования мультимедиа. – М, 2002.
2. Зайцева, Л. А. Использование информационных компьютерных технологий в учебном процессе/ Л. А. Зайцева. – М, 2004.
3. Ковалько В. И. Здоровьесберегающие технологии: школьник и компьютер. – М.: Вако, 2007.
4. Масандилова И. Театрально-импровизационная деятельность подростков // Искусство в школе. – М, 2007. - N 2. – С. 59-62.
5. Чурилова Э.Г. Методика и организация театрализованной деятельности дошкольников и младших школьников. – М.: Владос, 2001.

Рекомендации по обеспечению информационной безопасности

Воробьева Ольга Александровна

педагог-организатор

МАУ ДО «Детско-юношеский центр №14»

г. Набережные Челны

Проблема обеспечения информационной безопасности является актуальной особенно в условиях современной информатизации, когда каждый имеет личное электронное устройство и открытый доступ в Интернет. Информационная безопасность в современном обществе - одна из самых больших проблем, особенно для конечных пользователей. В основном конечные пользователи не уделяют ей должного внимания, а зачастую даже пренебрегают простейшими рекомендациями по безопасности.

Компьютерный вирус – это разновидность компьютерных программ, отличительной особенностью которой является способность к размножению. В дополнение к этому, вирусы могут повредить или полностью уничтожить все файлы и данные, а также повредить или уничтожить операционную систему в целом. В большинстве случаев распространяются вирусы через Интернет. Элементарные методы защиты от вредоносных программ:

1. Это использование современных операционных систем, имеющих серьёзный уровень защиты от вредоносных программ;
2. Это постоянная установка Patch (патч – это цифровая заплатка, которая автоматически устанавливается с программой) и других обновлений своей операционной системы. Скачивать их только с официального сайта разработчика;
3. Если существует режим автоматического обновления, включите его;
4. Работайте на своем компьютере под правами пользователя, а не администратора. Это не позволит большинству вредоносных программ инсталлироваться на вашем ПК;

5. Это использование антивирусных программ известных производителей с автоматическим обновлением баз;

6. Ограничьте физический доступ к вашему компьютеру, установив на нем пароль;

7. Используйте внешние носители информации, такие как флешка, диск или файл из Интернета, с осторожностью и только из проверенных источников.

Wi-Fi – это не вид передачи данных, не технология, а всего лишь бренд, марка. Этот бренд был зарегистрирован в 1991 году, в полном переводе обозначается как «беспроводная точность». Да, бесплатный интернет-доступ в кафе, отелях и аэропортах является отличной возможностью выхода в Интернет. Но многие эксперты считают, что общедоступные Wi-Fi сети не являются безопасными.

Советы по безопасности в работе в общедоступных сетях Wi-Fi:

1. Не передавайте свою личную информацию через общедоступные Wi-Fi сети. Работая в них, желательно не вводить пароли доступа, логины и какие-то номера. Также не используйте публичный Wi-Fi для передачи личных данных, например, для выхода в социальные сети или в электронную почту;

2. Используйте и обновляйте антивирусные программы. Тем самым вы обезопасите себя от закачки вируса на ваше устройство;

3. При использовании Wi-Fi отключите функцию «Общий доступ к файлам и принтерам». Данная функция закрыта по умолчанию, однако некоторые пользователи активируют её для удобства использования;

4. Используйте только защищенное соединение. Адрес страницы в адресной строке должен начинаться через HTTPS, а не HTTP;

5. В мобильном телефоне отключите функцию «Подключение к Wi-Fi автоматически». Не допускайте автоматического подключения устройства к сетям Wi-Fi без вашего согласия.

Социальные сети активно вошли в нашу жизнь, многие люди работают и живут там постоянно. Многие пользователи не понимают, что информация, размещенная ими в социальных сетях, может быть найдена и использована кем угодно, в том числе не обязательно с благими намерениями.

Основные советы по безопасности в социальных сетях:

1. Ограничьте список друзей/подписчиков. Не должно быть случайных и незнакомых людей;

2. Защищайте свою частную жизнь. Не указывайте пароли, телефоны, адреса, дату вашего рождения и другую личную информацию;

3. Если вы общаетесь в сетях с людьми, которых не знаете, не используйте свое реальное имя и другую личную информацию: имя, место жительства, место работы и прочее;

4. При регистрации в социальной сети необходимо использовать сложные пароли, состоящие из букв и цифр и с количеством знаков не менее 8;

5. Для социальной сети, почты и других сайтов необходимо использовать разные пароли. Тогда если вас взломают, то злоумышленники получат доступ только к одному месту, а не во все сразу.

Электронные деньги – это очень удобный способ платежей. В России они функционируют и о них уже прописано в законе. Основные советы по безопасной работе с электронными деньгами:

1. Привяжите к счету мобильный телефон. Это самый удобный и быстрый способ восстановить доступ к счету;

2. Используйте 2-этапную авторизацию с одноразовыми паролями. После перехода на усиленную авторизацию вам уже не будет угрожать опасность кражи или перехвата платежного пароля;

3. Выберите сложный пароль, который содержит не менее 8 знаков и включает в себя строчные и прописные буквы, цифры и несколько символов.

Электронная почта:

1. Выберите правильный почтовый сервис. В Интернете есть огромный выбор бесплатных почтовых сервисов, однако лучше доверять тем, кто первый в рейтинге;
2. Не указывайте в имени почты личную информацию;
3. Используйте 2-этапную авторизацию. Это когда помимо пароля нужно вводить код, присылаемый по SMS;
4. Выберите сложный пароль. Для каждого почтового ящика должен быть свой пароль;
5. Используйте несколько почтовых ящиков. Первый для частной переписки с адресатами, которым вы доверяете. Этот электронный адрес не надо использовать при регистрации на форумах и сайтах;
6. Не открывайте подозрительные файлы и другие вложения в письмах, даже если они пришли от ваших знакомых;
7. После окончания работы на почтовом сервисе перед закрытием вкладки с сайтом не забудьте нажать на «Выйти».

Современные мобильные устройства содержат в себе вполне расширенный функционал, и теперь они могут конкурировать со стационарными компьютерами. Однако, средств защиты для подобных устройств пока очень мало. Далеко не все производители выпускают обновления, закрывающие критические уязвимости для своих устройств.

Основные советы для безопасности мобильного телефона:

1. Ничего не является по-настоящему бесплатным. Будьте осторожны, ведь когда вам предлагают бесплатный контент, в нем могут быть скрыты какие-то платные услуги;
2. Думайте, прежде чем отправить SMS, фото или видео. Вы точно знаете, где они будут в конечном итоге?
3. Необходимо обновлять операционную систему вашего телефона;
4. Используйте антивирусные программы;

5. Не загружайте приложения от неизвестного источника, ведь они могут содержать вредоносное программное обеспечение;

6. После того как вы выйдете с сайта, где вводили личную информацию, зайдите в настройки браузера и удалите cookies (куки). Это когда браузер запоминает ваши последние запросы и предлагает их повторно во всплывающих окнах, спустя какое-то время, после уже других запросов;

7. Периодически проверяйте, какие платные услуги активированы на вашем номере;

8. Bluetooth должен быть выключен, когда вы им не пользуетесь. Не забывайте иногда проверять это.

Фишинг – интернет-мошенничество, главная цель которого состоит в получении конфиденциальных данных пользователей – логинов и паролей.

Основные советы по борьбе с фишингом:

1. Следите за своим аккаунтом. Если вы подозреваете, что вас взломали, то необходимо заблокировать аккаунт и сообщить администратору ресурса об этом как можно скорее;

2. Используйте безопасные веб-сайты, в том числе, интернет-магазинов и поисковых систем;

3. Используйте сложные и разные пароли. Таким образом, если вас взломают, то злоумышленники получат доступ только к одному вашему профилю в сети, а не ко всем;

4. Если вас взломали, то необходимо предупредить всех своих знакомых, которые добавлены у вас в друзьях/подписчиках, о том, что вас взломали и, возможно, от вашего имени будет рассылаться спам и ссылки на фишинговые сайты;

5. Установите надежный пароль (PIN) на мобильный телефон;

6. Отключите сохранение паролей в настройках браузера;

Цифровая репутация – это негативная или позитивная информация в сети о вас. Компрометирующая информация, размещенная в Интернете, может серьезным образом отразиться на вашей реальной жизни. Ваше место

жительства, работы, ваше финансовое положение, особенности характера и рассказы о близких – все это накапливается в сети. Многие люди легкомысленно относятся к публикациям личной информации в Интернете, не понимая возможных последствий. В наше время очень часто практикуется, что службы безопасности (при приеме на работу, при оформлении крупных кредитов в банке) мониторят социальные сети потенциальных работников/клиентов. Комментарии, размещение ваших фотографий и другие действия могут не исчезнуть даже после того, как вы их удалите. Вы не знаете, кто сохранил эту информацию, попала ли она в поисковые системы и сохранилась ли она, а главное: что подумают о вас окружающие люди, которые найдут и увидят это. Найти информацию много лет спустя сможет любой - как из добрых побуждений, так и с намерением причинить вред. Обращайте также внимание на то, что «анонимность» в сети – мнимая.

Основные советы по защите цифровой репутации:

1. Подумайте, прежде чем что-то публиковать и передавать у себя в блоге или в социальной сети;
2. В настройках профиля установите ограничения на просмотр вашего профиля и его содержимого, сделайте его только «для друзей/подписчиков»;
3. Не размещайте и не указывайте информацию, которая может кого-либо оскорблять или обижать.

Литература

1. Методические рекомендации о размещении на информационных стендах, официальных интернет-сайтах и других информационных ресурсах общеобразовательных организаций и органов, осуществляющих управление в сфере образования, информации о безопасном поведении и использовании сети «Интернет», разработанные Временной комиссией (Письмо МОиН РФ от 14 мая 2018 года № 08-1184).

Видеоматериалы по лёгкой атлетике как часть метода наглядного восприятия

Егоров Анатолий Михайлович
педагог дополнительного образования
МАУДО «Городской дворец творчества детей и молодёжи №1»
г. Набережные Челны

При обучении двигательным действиям методы обеспечения наглядности способствуют зрительному, слуховому и двигательному восприятию обучающимися выполняемых заданий. К ним относятся: 1) метод непосредственной наглядности (показ упражнений педагогом или по его заданию одним из обучающихся); 2) методы опосредованной наглядности (демонстрация учебных видеофильмов, кинограмм двигательных действий, рисунков, схем и др.); 3) методы направленного прощупывания двигательного действия; 4) методы срочной информации

Рассмотрим основные особенности этих методов:

Метод непосредственной наглядности предназначен для создания у обучающихся правильного представления о технике выполнения двигательного действия (упражнения). Непосредственный показ (демонстрация) движений педагогом или одним из обучающихся всегда должен сочетаться с методами использования слова, что позволяет исключить слепое, механическое подражание. При показе необходимо обеспечить удобные условия для наблюдения: оптимальное расстояние между демонстрантом и обучающимися, плоскость основных движений (например, стоя к обучающимся в профиль легче показать технику бега с высоким подниманием бедра, маховые движения в прыжках в высоту с разбега и т.п.), повтор демонстрации в разном темпе и в разных плоскостях, наглядно отражающих структуру действия.

Методы опосредованной наглядности создают дополнительные возможности для восприятия обучающимися двигательных действий с помощью предметного изображения. К ним относятся: демонстрация наглядных пособий, учебных видео- и кинофильмов, рисунки фломастером на специальной доске, зарисовки, выполняемые обучающимися, использование различных муляжей (уменьшенных макетов человеческого тела) и др.

Наглядные пособия позволяют акцентировать внимание обучающихся на статических положениях и последовательной смене фаз движений.

С помощью видеофильмов демонстрируемое движение можно замедлить, остановить в любой фазе и прокомментировать, а также многократно повторить.

Муляжи (макеты человеческого тела) позволяют педагогу продемонстрировать обучающимся особенности техники двигательного действия (например, техники бега на различные дистанции, техники перехода через планку в прыжках в высоту с разбега, техники приземления в прыжках в длину с разбега и т.п.).

Методы направленного про чувствования двигательного действия направлены на организацию восприятия сигналов от работающих мышц, связок или отдельных частей тела. К ним относятся: 1) направляющая помощь педагога при выполнении двигательного действия (например, проведение педагогом руки обучающегося при обучении финальному усилию в метании малого мяча на дальность); 2) выполнение упражнений в замедленном темпе; 3) фиксация положений тела и его частей в отдельные моменты двигательного действия (например, фиксация положения звеньев тела перед выполнением финального усилия в метаниях); 4) использование специальных тренажерных устройств, позволяющих прочувствовать положение тела в различные моменты выполнения движения.

Методы срочной информации предназначены для получения педагогом и обучающимися с помощью различных технических устройств (тензоплатформы, электрогониометры, фотоэлектронные устройства, свето- и звуколидеры, электромишени и др.) срочной и преламинарной информации после или по ходу выполнения двигательных действий соответственно с целью их необходимой коррекции либо для сохранения заданных параметров (темпа, ритма, усилия, амплитуды и т.д.). Так, например, в настоящее время в физическом воспитании и спорте широко применяются различные тренажерные устройства (велоэргометры, беговые дорожки, гребной тренажер «Concept II» и др.), оборудованные встроенными компьютерами, управляющими системой регулирования нагрузки. Компьютер показывает значения пульса, скорости, времени, длину дистанции, расход калорий и др. Профиль нагрузки графически отображается на дисплее.

В заключение следует отметить, что, готовясь к занятию и выбирая оптимальные для того или иного этапа методы, педагог должен предусматривать, какова должна быть их структура, чтобы усилить, например, мотивационную или воспитательную, образовательную или развивающую функцию.

Литература

1. Артемов, В.А. Психология наглядности при обучении / В. А. Артемов. М. : Просвещение, 2004 – 345 с.

Возможности использования мобильных приложений в объединении «Мини-футбол»

Иванов Лазарь Вячеславович
педагог дополнительного образования
МАУ ДО «Детско-юношеский центр №14»
г. Набережные Челны

С ростом популярности мобильных устройств во всех областях деятельности сильно изменились подходы к работе. Это касается и образовательного процесса. Перемены затронули как педагогов, так и обучающихся и их родителей. Например, посредством смартфонов доступность любого рода информации стала более оперативной и наглядной.

Использовать в своей деятельности различные мобильные приложения дает мне так же широкий спектр возможностей. В первую очередь это видеозаписи на планшет или смартфон учебно-тренировочных занятий или проведенных матчей, которые дают возможность оперативно и детально разбирать и анализировать действия спортсменов.

Очень важно следить за динамикой развития физической подготовленности спортсмена в команде. Для этого с помощью программ текстовых редакторов находящихся в мобильном устройстве я всегда имею под рукой индивидуальную карту функционального роста обучающихся, которую имею возможность оперативно заполнять.

Благодаря наличию сайтов тематической направленности и их мобильных приложений (например, сайт федерации футбола Республики Татарстан) во время соревновательного цикла появляется возможность оперативно отслеживать ход турниров, в которых участвуют наши команды в своих возрастных группах. За счет создания отдельных страниц клубов информация о соперниках стала доступной в более развернутой форме. В них

находятся профили на каждого игрока и тренера команды со всеми данными (ФИО, возраст, статистика выступлений).

В каникулярный летний период объединение «Мини-футбол» организует и проводит учебно-тренировочные сборы. В течение месяца обучающиеся, являющиеся членами сборных команд нашей организации в своих возрастных группах, готовятся и выступают на республиканских соревнованиях по футболу. Это особый период, когда можно скорректировать и направить каждого обучающегося к конкретным целям, скрупулезно и внимательно уделять внимание поставленным задачам за короткий период времени. Поэтому разрабатывается индивидуальный режим для каждого спортсмена (распорядок дня, отслеживание прогресса посредством сдачи нормативов, планомерный прием пищи, разработка учебно-тренировочных занятий). Помогает мне в этом программное приложение индивидуального подхода к тренировочному процессу, которое я заимствую у коллег по фитнесу. Вот некоторые из них: TRAINERIZE (www.trainerize.com/), VIRTUAGYM™ (<https://virtuagym.com/software>), FITNESSMGR (www.fitnessmgr.com/), TRAINERFU (www.TrainerFu.com), MY TRAINERS APP© (www.mytrainersapp.com), FIT CLIENTS™ (<https://fitclients.com/>).

Поскольку эти программы разработаны для работы с клиентами в фитнес-центрах, то их покупка не оправдывается. Поэтому я использую эти приложения в тестовом режиме, которые, как правило, можно бесплатно использовать в течение месяца. Надеюсь, разработчики мобильных приложений в будущем разработают и для нас подобные программы.

В работе я использую и социальные сети. Социальная сеть «ВКонтакте» служит информационным отражением деятельности объединения «Мини-футбол». В нем можно найти фотографии с наших тренировок и соревнований, а также информацию о достижениях спортсменов. Еще одним помощником является мобильное приложения

«WhatsApp». В объединении занимается до 90 детей, и для быстрой передачи любого рода информации созданы беседы с родителями каждой группы.

Таким образом, умелое использование мобильных приложений в профессиональной деятельности имеет положительный аспект.

Литература

1. Алиев, Э. Г., Андреев, С. Н. Основы технологии построения циклов спортивной тренировки в мини-футболе. – 2017 – С. 6 – 19.
2. Вислобоков, Н. Ю. Технологии организации интерактивного процесса обучения // Информатика и образование. – 2011 – №6 – С. 111 – 114.
3. <https://fitness-pro.ru/biblioteka/tekhnologii-v-rabote-trenera-shest-programmnykh-prilozheniy-dlya-sovershenstvovaniya-biznesa.html>

Применение цифровых технологий на занятиях в объединении «Вольная борьба» при изучении приёмов

Камардин Александр Валерьевич
заведующий отделом,
педагог дополнительного образования
МАУДО «Городской дворец творчества детей и молодёжи №1»
г. Набережные Челны

Хотя сейчас технология обучения при помощи информационных средств мультимедиа в спортивных видах единоборств постоянно развивается, в настоящее время в обучении вольной борьбе как спортивному виду этот уровень программных средств еще значительно низок. Поэтому также актуальным, на наш взгляд, является создание такого рода программ в данном виде спорта.

Как известно, наш современный мир постоянно развивается. Как в плане научно-техническом, так и духовном и физическом. Очень много появляется различных открытий и достижений во всех областях научной деятельности. Знания синтезируются человеком и охватывают все более широкий спектр. Наряду с этим создаются более совершенные методы достижения тех или иных целей и задач, более совершенное и быстродействующее оборудование и компьютерные программы, так недавно вошедшие в обиход человека и ставшие необходимым инструментом в работе по достижению научного прогресса в целом.

Вольная борьба как вид спорта постоянно развивается, синтезируя технические и тактические элементы из различных стилей. Актуальным на наш взгляд становится вопрос о качестве обучения спортсменов данному виду спорта и современных методах преподавания. Теоретическая (интеллектуальная) подготовка спортсмена является значимой в многолетней

тактико-технической подготовке во всех видах спорта. Спортивные единоборства не являются исключением. Элементами вольной борьбы как интегральной системы являются различные спортивные единоборства, характеризующиеся присущими каждому из них технико-тактическому арсеналу. Большая роль должна уделяться теоретической подготовке, не только в каждом из ее разделов (видов спортивных единоборств), но и в целом как интегральной системы.

Современные достижения в области информационных технологий, одними из которых являются мультимедиа технологии, позволяют создавать интерактивные виртуальные динамические и анимационные объекты, различные звуковые эффекты и использовать аудио- и видеофрагменты, а применимо с интернет-технологиями, есть возможность создавать наглядные обучающие системы, демонстрировать реальные события. Таким образом, представленный для обучения материал более нагляден и легок в восприятии. Это дает возможность обучения спортсменов теоретической базе в максимально короткие сроки.

Разрабатываемые обучающие программы подготовки по вольной борьбе включают в себя несколько компонентов-подпрограмм, каждый из которых выполняет определенную функцию в обучении:

- история развития современных стилевых направлений спортивных единоборств как компонентов интегральной системы вольной борьбы;

- технико-тактические аспекты каждого из стилевых направлений.

Сравнительные характеристики;

- общие закономерности и принципы, лежащие в основе техники и тактики различных видов спортивных единоборств;

- видео- и аудиоматериалы по каждому из стилевых направлений.

Сравнительный анализ;

– технико-тактические элементы интегрированного спортивного вольной борьбы;

– видео- и аудиоматериалы по обучению интегрированному спортивному вольной борьбы;

– несколько программ-стратегий по проведению тренировок с возможностью построить собственную тренировочную программу;

– ведение протокола тренировок, соревнований и психофизического состояния каждого спортсмена на основе современных методов исследований;

– ведение статистики и анализа протоколов тренировок, соревнований и возможности создания более совершенной модели на основе полученных данных с последующим прогнозированием;

– возможность построения диаграмм, таблиц и графиков, создание отчетов и протоколов тренировок и соревнований, распечатка документов и пересылка по электронной почте через интернет.

1. Мультимедийный материал более нагляден и легок в восприятии. Это дает возможность обучения спортсменов теоретической базе в максимально короткие сроки;

2. Сейчас актуальным, на наш взгляд, является создание мультимедийных обучающих программ в данном виде спорта.

Литература

1. Иванова, Л. А. Анализ информационных технологий в области физической культуры и спорта / Иванова Л. А., Савельева О. В. // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – № 8. – С. 81–85. – URL : <http://e-koncept.ru/2015/15273.htm> (дата обращения: 01.10.2019).

**Формирование цифровых компетенций у педагогов
дополнительного образования физкультурно-спортивной
и туристско-краеведческой направленностей**

Карпухин Денис Викторович
педагог дополнительного образования
МАУ ДО «Детско-юношеский центр №14»
г. Набережные Челны

Педагогическое искусство – это очень сложный процесс, который заключается не только в умении правильно и понятно объяснить любой материал детям, но и в непрекращающемся обучении этому искусству. В условиях современных реалий педагогу приходится сталкиваться с тем, что компьютер занимает большое место в детских умах и сердцах, вытесняя собой те увлечения, которые еще 15-20 лет назад обожал каждый ребенок. Походы в лес с рюкзаком за плечами, игры в мяч с друзьями во дворе, салки, догонялки и многое другое современным детям заменили компьютер и Интернет. И педагогу больше ничего не остается как «укротить этого зверя», чтобы тот стал его верным помощником.

В мире, ориентированном на цифровые технологии, образование постепенно становится цифровым, что подталкивает нас, педагогов дополнительного образования и преподавателей к переосмыслению того, что на самом деле означает быть Педагогом в 21 веке. Независимо от того, являетесь ли вы технологическим детерминистом или инструменталистом, технологии стали важной силой, формирующей большую часть нашей педагогической практики. Это накладывает на педагогов ряд требований, для удовлетворения которых необходимо развить набор ключевых цифровых навыков. Электронное издательство Educators technology предоставило своим читателям список из 10 фундаментальных цифровых навыков, которыми должен владеть каждый педагог:

1. находить и оценивать учебные онлайн-материалы;
2. создавать визуально интересные материалы;
3. создавать виртуальные площадки для своего класса: блоги, сайты, Wiki платформы;
4. уметь эффективно искать информацию в сети;
5. использовать возможности социальных сетей для профессионального развития;
6. рекомендовать и распространять учебные ресурсы;
7. создавать, редактировать и распространять цифровые портфолио;
8. создавать, редактировать и распространять мультимедийный контент;
9. использовать онлайн-инструменты для внедрения современных педагогических практик: перевернутый класс, смешанное обучение, мобильное обучение, проектное обучение и т.д.;
10. устанавливать связи с другими педагогами.

Рассмотрим самые популярные сервисы для создания и использования уже существующих игровых приложений.

1. Learning Apps – это бесплатный сервис для создания обучающих игр и игровых практик. Один из самых популярных онлайн-сервисов, используемых педагогами в своей работе.

Преимущества сервиса:

- сервис русифицирован (+5 других языков);
- регистрация на сайте необходима только в том случае, если вы хотите заниматься созданием упражнений и следить за результатами своих обучающихся;
- вы можете использовать шаблоны, чтобы практиковаться в более чем 20 играх и создавать онлайн-игры;
- вы можете использовать чужие упражнения как образец для создания собственных;
- интуитивно понятный интерфейс и простое создание игр;
- это совершенно бесплатно;

- вы можете поделиться своей тренировкой, тренировка включена в ваш блог. Можно делиться ссылками с обучающимися, распространять свою работу в социальных сетях и использовать для этого QR-коды;

- загрузите упражнение в формате SCORM и вставьте его в систему дистанционного обучения (например, Moodle);

- создавайте уроки и следите за тем, как студенты проходят практику (сдал / не прошел).

2. Surprise Me – приложение для создания и прохождения городских квестов.

Surprise Me состоит из конструктора квестов, в котором пользователи с любого устройства создают квесты, и мобильного приложения для прохождения квестов. Мобильное приложение работает в офлайне, позволяя проходить квесты где угодно. В обычных квестах один этап идет за другим, но в этом приложении наступление событий квеста происходит по трем параметрам:

- событие наступает после ввода ответа на задание в предыдущем событии;

- событие наступает в определенное время;

- событие наступает в определенном месте благодаря функции отслеживания геолокации.

Создать собственный или выбрать готовый квест можно на сайте, а также в приложении, доступном в AppStore и Google Play. Наряду с платными экскурсиями, в нем представлен большой выбор бесплатных и очень интересных квестов, посвященных мифам и легендам городов России.

3. Nike Training Club (NTC) – это программа, которая включает более 100 тренировок, разработанных профессиональными спортсменами и мастер-тренерами Nike. Для большинства комплексов здесь даже не требуется снаряжение, так что заниматься можно и дома, и на улице.

Основываясь на своем уровне подготовки, подбираются тренировки на 15, 30 или 45 минут. Можно выбирать тренировки по целям и типам. Что для

вас важнее: сила, выносливость, подвижность? Например, в теме «Подвижность» представлены 17 тренировок, от 6 до 46 минут, от йоги и растяжки до шагающей планки. Кроме этого, можно выбрать короткие тренировки, тренировки без снаряжения, тренировки для стройности. В каждом из вариантов поиска вы можете настроить дополнительные фильтры (интенсивность, на время и другие).

После выбора тренировки и её загрузки вы будете слышать инструкции и советы тренера, а также видеть упражнения на экране. При желании можно выбрать музыку из своей коллекции на смартфоне. Приложение очень внимательно и предлагает фиксировать свои ощущения, уровень усталости, оно может синхронизироваться с Apple HealthApp и Nike+Running.

Помимо тренировок, которые вы выбираете сами, в приложении есть возможность настроить индивидуальную программу, но самое главное – программа будет адаптироваться под ваши результаты, создавая комфортные условия для занятий и дополнительную мотивацию.

Педагогу дополнительного образования в его профессиональной деятельности постоянно приходится сталкиваться со специфическими педагогическими проблемами. В ситуации пандемии довольно остро стоял вопрос о том, как в новой реальности организовать дополнительное образование детей так, чтобы оно было не только полезным, но и интересным. С этими и многими другими проблемами педагогу приходится сталкиваться повсеместно, но благодаря интернет-сервисам эта проблема становится не столь ощутимой.

Литература

1. Григорьев, О. А. Информационные технологии в обучении на уроках физической культуры / О. А. Григорьев, Е. А. Стеблецов, Ю. Л. Каратаев // Инновационные процессы в современной науке: Материалы международной научно-практической конференции. – Нефтекамск, 2019. – С. 431–435.

Технологии и открытое тренировочное занятие

Мусина Татьяна Наилевна
инструктор-методист ФСО
МАУ «Спортивная школа «Этюд»
г. Набережные Челны

В современном мире сохранение здоровья человека при выполнении любого вида деятельности позиционируется как основная задача общества. В результате важнейшей составляющей процесса становится контроль воздействующей нагрузки для удержания изменений в рамках допустимых без нанесения вреда организму человека.

Для контроля в спорте регламентированы открытые тренировочные занятия с обязательной пульсометрией, позволяющей определять адекватность реакции организма спортсменов на выполняемую нагрузку.

Ситуация с ковидом внесла свои корректировки в тренировочный процесс. При стабильной ситуации все равно приходится соблюдать некоторые меры безопасности. В результате во время тренировочного занятия снятие и фиксация данных пульса спортсменов проходит без непосредственного контакта наблюдаемого спортсмена. В качестве наиболее подходящей замены руки методиста на занятии используется фитнес браслет, который плотно прилегает к коже руки спортсмена.

Применение фитнес браслета во время открытого тренировочного занятия облегчает работу методиста и при фиксации остальных данных спортсмена, поскольку применение технологии позволяет сократить время на данном участке работы и уделить свое внимание другим аспектам работы.

В свою очередь и заполнение протокола открытого тренировочного занятия не обошлось без использования технологий. Приложение смартфона не только фиксирует, как ранее секундомер, контрольные точки времени на занятии, но и производит подсчет каждого интервала, полученного во время деления занятия на смысловые периоды. На основе полученных

приложением данных удастся быстро и точно оформить все необходимые для открытого тренировочного занятия документы.

Из вышенаписанного вполне можно сделать вывод, что технологии действительно способны облегчить работу методиста. По крайней мере, в той части, где не требуется творческого мышления.

Литература

1. Чекашева, Д. В. Современные технологии в спорте / Д. В. Чекашева, Л. А. Мокеева // Научное сообщество студентов XXI столетия. Гуманитарные науки: Сборник статей по материалам XXXIII студенческой международной научно-практической конференции / редкол.: Дмитриева Н.В — Новосибирск: Изд. «СибАК». — 2015. — № 6 (33) — С. 442–456.

Использование цифровой технологии в воспитательной работе объединения дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности

Николаева Светлана Вадимовна
педагог дополнительного образования
МАУДО «Городской дворец творчества детей и молодёжи №1»
г. Набережные Челны

Сегодня воспитательная работа педагога в организации дополнительного образования, как правило, сопряжена с умением организовывать учебно-спортивный процесс и с основательными требованиями к подготовке данного специалиста. Безусловно, в обязанности педагога должны входить такие качества как управленческий потенциал личности и умение активизировать и правильно мотивировать обучающихся к полноценной физической работе.

Более того, современный педагог дополнительного образования должен уметь привлекать к своей дидактической и воспитательной работе всевозможные цифровые ресурсы. Это необходимо для того, чтобы дети, которые получают дополнительное образование по физкультурно-спортивной направленности, могли получать эмоциональную разрядку в процессе спортивной деятельности и определенным образом имели визуальную мотивацию к обучению.

В целом, возможности применения цифровых ресурсов в деятельности педагога позволяют ему оживить сам образовательный процесс, делая его более привлекательным и интересным для обучающихся.

Применение информационных технологий в сравнении с традиционными методами обучения обладает характерным набором

преимуществ. Одним из наиболее ярких достоинств является активизация аналитической деятельности обучаемых.

Нет сомнений в том, что у каждой секции присутствует своя собственная специфика. Однако, задача любого педагога дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности состоит в том, чтобы создать необходимые для практического овладения навыками условия.

Благодаря грамотно построенному учебному процессу с применением ИКТ каждый обучающийся должен будет получить все необходимые знания, которые могут ему пригодиться в дальнейшем при занятии, к примеру, профессиональным спортом. Стоит отметить, что при таком подходе очень важно не нанести серьезного вреда здоровью ребенка. При таких занятиях крайне важно, чтобы в процессе обучения были использованы здоровьесберегающие технологии и упражнения на общее развитие двигательных способности. Именно секции с физкультурно-спортивной направленностью способны восполнить дефицит движения обучающихся.

С помощью ИКТ и цифровой технологии возможно повысить эффективность от занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью. Также применение цифровых ресурсов сильно помогает в стимуляции личной заинтересованности, и способствуют повышению интереса к собственному физическому состоянию. Использование на занятиях физкультурно-спортивной направленности различных интерактивных и мультимедийных технологий, с помощью которых можно демонстрировать разнообразный иллюстративный материал, в разы повышает качество образовательного процесса и выводит его на новый уровень. Современному ребёнку такие формы обучения с позволяют с наиболее большим интересом воспринимать новый фактический материал, нежели объяснения педагога с применением устаревших схем и таблиц.

Использование компьютера на занятиях позволяет просматривать не статичное изображение, а анимационное видео, подкрепленное различными звуками эффектами. Это повышает эффективность усвоения материала.

Методически оправданное использование компьютерных технологий в сочетании с традиционными формами организации учебной деятельности позволяет развивать познавательные навыки исследовательской деятельности, творческие способности обучающихся, создает благоприятный психологический климат на занятиях, формирует у обучающихся умение работать с информацией, развивать коммуникативные способности.

Литература

1. Богданов, В. М., Пономарев, В. С., Соловов, А. В. Использование современных информационных технологий в теоретической и методико-практической подготовке студентов по физическому воспитанию / Матер. всерос.науч.-практ. конф. СПб., 2019 – с. 154

2. Виноградов, П. А., Моченов, В. П. Новый этап в развитии физкультурно-оздоровительной и спортивной работы среди учащейся молодежи // Теор. и практ. физ. культ., 2015, № 7. – с. 24-26.

3. Тимошенко, В. В. и др. Основные направления применения вычислительной техники в физической культуре и спорте // Теор. и практ. физ. культ. 2018, №1. – с. 69

Основные виды информационных технологий, применяемые в спорте и в спортивной борьбе

Нотфуллин Илхам Хабибрахманович
педагог дополнительного образования,

Муллахметов Ришат Раисович
педагог дополнительного образования

МАУДО «Городской дворец творчества детей и молодёжи №1»

г. Набережные Челны

Можно выделить три основных направления информационных технологий и их использования в современном образовании и спорте.

Первое направление — технологии представления информации (мультимедиа, гипертекст, виртуальная реальность). «Мультимедиа» позволяет объединить информацию разных типов, таких, как текст, звук, графическое изображение, анимация (мультипликация) и видеоизображение. В результате обучающиеся воспринимают ее сразу несколькими органами чувств.

Современные технологии «Виртуальная реальность» обеспечивают стереоскопическое представление видеoinформации на экране, ее стереозвучание, а также управление аудио-видео-информацией специализированными манипуляторами и голосом. Они дают возможность перемещать объекты в виртуальном пространстве, применяют методы интерактивного манипулирования объектами, компьютерную имитацию зрительных, слуховых, осязательных, моторных (двигательных) ощущений, что в перспективе может решить многие проблемы моделирования учебно-тренировочного процесса.

Гипертекст – это специальным образом структурированный текст, расположенный нелинейным образом, в виде отдельных фрагментов текста, которые связаны друг с другом посредством ссылок, в результате текст располагается как бы в виде ветвящегося дерева. Ссылки позволяют сразу же получить нужное пояснение к тексту, информация получается свернутой во времени и пространстве.

Практическая реализация систем гипермедиа привела к появлению электронных книг, которые условно можно разделить на четыре класса: энциклопедические, информационные, обучающие, экзаменующие.

Энциклопедические электронные книги содержат большой объем информации общего характера.

Информационные электронные книги содержат не столь обширную информацию, и она носит более целенаправленный характер. Подобные образовательные продукты открывают дополнительные возможности в подготовке специалистов по физической культуре и спорту.

Обучающие электронные книги являются не только профессиональной информационно-справочной системой в конкретной области, но и генератором учебных материалов.

Электронные экзаменующие книги можно использовать для оценки качества обучения, осуществления итогового или рубежного контроля знаний студентов. В экзаменующих книгах обычно имеются три существенных компонента: банк вопросов и задач, модуль тестирования и экспертная система для анализа и оценки ответов.

Второе направление — технологии структурирования информации и систем искусственного интеллекта (базы данных и знаний, экспертно-обучающие системы). Применение информационной технологии данного

направления в работе специалистов по физической культуре позволит моделировать отдельные функции управления учебным процессом.

Базы данных представляют собой специальным образом сконструированную совокупность фактов, относящихся к определенному предмету. Они предназначены для хранения различных типов информации: текстовой, графической, справочной, методической, статистической и др. Информация, хранящаяся в базах данных, может быть связана между собой, например список студентов, результаты контроля знаний по разным темам и предметам, посещаемость занятий и др.

База знаний — это информационная система, содержащая модель изучения конкретной предметной области (определенный объем учебной информации, данные о формируемых знаниях и умениях студента, способы их использования, структура обучения, экспертиза знаний, умений и навыков студента и др.). База знаний может включать в себя базы данных, справочные пособия, разного рода информацию. По своим возможностям базы знаний представляют собой упрощенный вариант экспертной обучающей системы или ее части. Экспертно-обучающие системы в профессиональной подготовке специалистов по физической культуре можно использовать во время подачи учебного материала, экспертного сопровождения решения задач, последующего контроля знаний, умений, навыков.

Третье направление — коммуникационные технологии (сети разных уровней, телекоммуникации). Актуальность использования возможностей коммуникационных технологий в профессиональной подготовке специалистов по физической культуре определяется тем, что всемирное информационное пространство (или «сетевое пространство» локальных и глобальных сетей через различные каналы связи — телефонные, кабельные, спутниковые) стремительно совершенствуется и позволяет формировать информационный поток сообразно интересам и предпочтениям конкретного

потребителя информации. Глобальная сеть Интернет объединяет различные компьютерные сети разных уровней. Это доступ к любым информационным ресурсам, поиск информации по словесному запросу и др.

Электронная почта позволяет обмениваться материалами конференций, научных исследований. Она может предоставлять и другие услуги, например информационное (многие высшие заведения предлагают абонентам сети свои новости, обзоры, сводки) или рекламное обслуживание (некоторые специализированные фирмы берутся за рекламу и в сфере образовательных услуг). Средства коммуникационных технологий позволяют организовать в сети проведение разного рода конференций, семинаров, круглых столов с участием преподавателей, студентов во всем мире в режиме прямого диалога. Технология «видеоконференция» позволяет общаться с помощью видеокамеры и микрофона. В ходе работы в сети происходит обмен самой разнообразной информацией, студенты могут получить консультацию у опытных педагогов или специалистов, квалифицированную оценку своих достижений и использовать эту информацию в учебных и научных целях.

Рассмотрим непосредственные компьютерные средства и технологии, которые могут быть использованы в спорте, а также в деятельности педагогов и тренеров.

1. Средства для обучения, повышающие качество преподавания. Информационные технологии в физической культуре активно используются в образовательных целях. Существует множество обучающих технологий, с помощью которых, обычный, даже не подготовленный человек может изучать различные спортивные дисциплины, боевые искусства, может получить достаточно полную информацию, необходимую ему для обучения. Большое распространение получили программы, позволяющие визуализировать на экране монитора изучаемый процесс. С помощью таких программных средств пользователь получает возможность изучить объект в

деталях, принимая в расчет временное и пространственное движение процесса. Благодаря этим технологиям, можно добиться повышения эффективности тренировок и обучения за достаточно короткий срок.

2. Программы, предназначенные для тестирования и контроля тренировочного процесса обучающегося в том или ином спортивном направлении.

Человек, использующий данный программный продукт, имеет возможность подобрать для себя оптимальную программу тренировок и даже составить специальную спортивную диету. Расчет оптимальной массы тела для спортсмена, который желает держать себя в отличной спортивной форме, так же осуществляется с помощью программ, которые вычисляют с помощью значений веса, роста, возраста.

3. Средства, направленные на рекламную или издательскую деятельность, которые выполняют задачу размещения рекламных материалов, оформленных так, чтобы они могли привлечь наибольшее возможное число представителей основной целевой аудитории. Рекламные информационные средства созданы для повышения и поддержания интереса к физической культуре, различным спортивным мероприятиям, помогают проводить социологические исследования уровня заинтересованности населения в данном направлении. Результаты этих исследований хранятся в специальных базах данных.

4. Прикладные программные продукты (ППП)

Предназначены для обработки информации различных направлений и областей. Компьютерные технологии активно используются во время проведения различных спортивных соревнований, включая спортивную борьбу. Компьютеры помогают более эффективно, быстро, надежно собирать

и хранить намного больший объем информации, чем тот, который бы был собран и хранился бы без использования передовых технологий.

Подготовленность спортсмена можно выявить, используя достаточно распространенные на сегодняшний день, экспертные системы. Экспертные системы – это представленные в доступном виде для обычного пользователя комплексы знаний в определенном виде спорта, представленные в виде программ. Экспертные системы нужны для решения определенного вида проблем, которые не имеют однозначного решения с помощью известных алгоритмов, или начальные данные имеют некоторые неточности и противоречия. К текущему моменту созданы экспертные системы в области тяжелой атлетики, легкой атлетике, стрельбе и бегу.

Кроме всего прочего, разработаны программы, предназначенные для тренеров. Они помогают собрать воедино знания, накопленные специалистом в той или иной области спорта, и, как следствие, помогают увеличить эффективность преподавания.

В заключении следует добавить, что жизнь современного человека все чаще и чаще подвержена влиянию со стороны IT-технологий. Как итог, использование этих технологий в физкультуре несет в себе множество плюсов, а именно быстрота, надежность, возможность оптимизировать накопленные знания, возможность подобрать эффективную программу, рассчитанную на конкретного пользователя.

Подводя краткие итоги можно сделать вывод, что использование информационных технологий в профессиональной подготовке тренеров по дзюдо и спортивных педагогов способствует решению задач совершенствования воспитания подрастающего поколения, тренировочного процесса, повышению эффективности учебного процесса, обеспечению оперативного доступа к современным знаниям, становления нового качества

профессиональной подготовки специалистов в условиях информационного общества.

Литература

1. Архандеева Л.В. Новые информационные технологии в подготовке спортсменов и тренеров . Вектор науки Тольяттинского государственного университета. – Серия: Педагогика, психология. – 2011. – № 2. – С. 16-18.

2. Анжаурова Е.Н. Использование информационных технологий в спорте и физической культуре . Е.Н. Анжаурова, Е.В. Егорычева, М.В. Шлемова, И.В. Чернышева . Международный журнал экспериментального образования. – 2014. – № 7. – С. 92-93

3. Логвиненко Ю.В. Дидактические преимущества применения новых информационных технологий в образовательном процессе. Вектор науки ТГУ. Сер. : Педагогика, психология. – 2011. – № 1. – С. 106-109

Применение видеоматериалов в тренировочном процессе по вольной борьбе

Охотников Сергей Петрович
педагог дополнительного образования
МАУДО «Городской дворец творчества детей и молодёжи №1»
г. Набережные Челны

В тренировочном процессе юных борцов по вольной борьбе большое внимание следует уделять совершенствованию техники. Педагог-тренер должен стремиться к тому, чтобы обучающиеся успешно применяли изученные технические действия (приёмы, защитные действия, контрприёмы) в схватке при борьбе в стойке и в партере.

Только благодаря разносторонней технической подготовке борец может добиться высоких стабильных результатов. Поэтому борец должен в совершенстве владеть всеми основными приёмами различных классификационных групп, а также защитными действиями и контрприёмами от них. Должен уметь увязывать отдельные технические действия в комбинации.

В настоящее время очень актуальным становится использование видеоматериалов в тренировочном процессе по вольной борьбе. Наглядность обучения позволяет дать обучающемуся правильное представление о движении, действии. Способствует пониманию их внутренних закономерностей.

В каждой классификационной группе приёмов имеются характерные и при этом простые варианты исполнения их. Один-два приёма из каждой классификационной группы составляют «базовую технику». Эта техника и является предметом первоначального изучения. Одновременно борца

обучают правильно двигаться, маневрировать, осуществлять захваты и освобождаться от них, выполнять рывки и толчки. Базовая техника постепенно обогащается новыми элементами, вариантами захватов и проведения приёмов. Таким образом, реализуется правило «от известного к неизвестному», «от простого к сложному».

Согласно дидактическому правилу «от простого к сложному», сначала технику борьбы нужно изучать без помех и в самом выгодном для спортсмена варианте с осознанием необходимости определённых компонентов движения: амплитуды, нервно-мышечного напряжения, последовательности или одновременности действий и другое. Однако, в практике борьбы зачастую этот этап игнорируется. Поэтому многие борцы умеют выполнять приёмы лишь в одну сторону или проводят в течение схватки всего два-три приёма. Устранению этих недочётов способствует применение отдельных методик обучения, включение специальных подводящих упражнений.

Для обеспечения необходимой наглядности и достоверности восприятий при постановке, выполнении заданий и анализе фактических результатов их выполнения используются видеоматериалы проведения занятий.

В современной практике борьбы, а конкретно обучая юношей технике вольной борьбы, педагог использует видеоматериалы по демонстрации приёмов в стойке и в партере, исполненные высококлассными борцами. Посмотрев видеоматериал, обучающиеся на занятии начинают имитировать правильное выполнение приёмов и, таким образом, быстрее осваивают технику выполнения приёма, по ходу с помощью педагога исправляют допущенные ошибки.

В процессе овладения техническими действиями борец привыкает анализировать движения. При этом в коре больших полушарий головного

мозга спортсмена образуются новые временные связи, что является одной из физиологических основ ловкости.

Это значит, что борец вырабатывает умение корректировать свои действия с учётом изменения динамической ситуации схватки.

Хорошая техника даёт выигрыш в быстроте. Она основывается на своевременном включении в работу различных мышц, что является одной из основ скорости или, как говорят борцы, резкости движения.

Уровень технического мастерства борца определяет технику. У техничного борца больше вариантов построения схватки с менее техничным соперником. Кроме того, схватка, в которой много эффектных приёмов, красивое зрелище. Именно это привлекает молодёжь посещать занятия по вольной борьбе, а зрителей приходиться на соревнования.

Литература

1. Калашникова, Р. В. Использование цифровых технологий в образовательном процессе по дисциплине «Физическая культура» / Р. В. Калашникова, А. А. Ковалева // Система менеджмента качества : опыт и перспективы. – 2020. – № 9. – С. 247–251.

Использование информационно-коммуникационных технологий на занятиях по мини-футболу

Полуянов Виктор Николаевич
педагог дополнительного образования
МАУ ДО «Детско-юношеский центр №14»
г. Набережные Челны

Сегодня большое внимание уделяют использованию информационных технологий, и это вполне оправдано тем, что век нынешний – это век информационный. Наша задача заключается не только в том, чтобы дать обучающимся знания, но и в том, чтобы научить ребят искать и осваивать информацию самостоятельно. Умение обрабатывать информацию на сегодняшний день является весьма ценным достоянием.

Ведущим аспектом является подготовка подрастающего поколения к жизни в быстро меняющемся информационном обществе, в мире, где постоянно возникает потребность в новых профессиях, в непрерывном повышении квалификации. Современный образовательный процесс должен использовать не только новые технические средства, но и новые формы и методы преподавания, новый подход к процессу обучения. Однако, не всегда обучающиеся владеют информацией в достаточной степени, результаты промежуточной аттестации свидетельствуют об этом.

Цель применения информационно-коммуникационных технологий - повышение эффективности и качества процесса обучения благодаря дополнительным возможностям окружающей действительности и самопознания, развития личности обучающегося.

Компьютер можно использовать на занятиях по мини-футболу на всех этапах обучения – при объяснении нового материала, закреплении, повторении, контроле знаний, умений и навыков. При этом он выполняет

различные функции: педагога, рабочего инструмента, объекта обучения, сотрудничающего коллектива, игровой среды.

Основные направления использования ИКТ на занятиях по мини-футболу – это визуальная информация, интерактивный демонстрационный материал, тренажер, контролирующий умения, навыки обучающихся, самостоятельная поисковая, творческая работа.

Использование ИКТ на занятиях по мини-футболу – это полезная и интересная форма работы для обучающихся и педагога. Навыки, приобретённые нами в молодости, теряют в качестве исполнения, если не заниматься спортом систематически. Поэтому показать видеофрагмент, фотографию, схему иной раз бывает полезнее показа двигательного действия! Когда в первый раз слышишь фразу «компьютер на занятиях по мини-футболу», то сразу возникает недоумение и вопрос – разве это совместимо? Ведь физкультура – это здоровье и движение.

Специфика каждого предмета разнообразна, но общий принцип, задача педагога состоит в том, чтобы создать условия практического овладения знаниями. Применяя этот принцип к занятию по мини-футболу, можно отметить, что задача тренера, выбрать такие методы обучения, которые позволили бы каждому обучающемуся активизировать двигательную и познавательную деятельность.

Занятия по мини-футболу включают объем теоретического материала, на который выделяется минимальное количество часов, поэтому использование электронных презентаций позволило мне эффективно решить эту проблему. Используя компьютерные технологии в образовательном процессе, занятие проходит более динамичным. Многие объяснения техники упражнений и выполнения разучиваемых движений, биографии спортсменов, освещение теоретических вопросов различных направлений не могут быть показаны ребятам непосредственно. Поэтому необходимо использовать различные виды наглядности. Сам факт проведения занятия по мини-футболу в кабинете, оснащённом компьютерной техникой, интригует детей,

у них появляется внешняя мотивация. Из внешней мотивации «вырастает» интерес к предмету.

В чём же ещё заключается эффективность применения ИКТ на занятии? На первых тренировках закладываются основы техники двигательных действий (ведение мяча, стойки и броски и т.д.), которые востребованы на всём протяжении обучения. Главное на этом этапе – овладение базовой техникой изучаемых двигательных действий. Чтобы создать правильное представление обучающихся о технике двигательных действий по всем программам, педагог сам должен быть очень хорошо подготовлен профессионально.

Использование тестирующих компьютерных программ на занятиях по мини-футболу позволяет объективно оценить теоретические знания обучающихся. Тесты могут использоваться на любом этапе обучения. Компьютерные тесты предусматривают как работу с подсказкой ответов, так и без них, на каждый вопрос даются варианты ответов. Время, выделяемое на тест, зависит от сложности вопросов и их количества и ограничивается 10 – 15 минутами. По окончании работы открывается окно результатов. Компьютерная поддержка позволяет вывести занятие на качественно новый уровень, повысить статус педагога, использовать различные виды деятельности, эффективнее организовать контроль и учёт знаний детей. За использованием информационных технологий будущее.

ИКТ можно с успехом применять для популяризации спорта. Компьютерные технологии всё шире входят в нашу жизнь, хотя они не могут заменить непосредственное общение ребят с педагогом. Использование этих технологий в качестве дополнительного инструмента для качественного обучения своих подопечных – необходимая потребность своевременного и будущего времени.

Таким образом, исходя из своего многолетнего опыта работы, я считаю, что при организации и проведении современного занятия по мини-футболу необходимо использование ИКТ, что позволяет успешно совмещать

не только физическую, но и умственную работу, развивать интеллектуальные и творческие способности обучающегося, расширять общий кругозор.

Литература

1. Петров, П. К. Основные направления научных исследований и внедрения современных информационных технологий в области физической культуры и спорта. Современные проблемы науки и образования. – 2014. – № 6. – С. 733.

Методическая разработка «Совершенствование техники «накаты слева и справа» с использованием мультимедиа и специальных тренажеров» по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Настольный теннис»

Потапенко Олег Владимирович
педагог дополнительного образования
МАУДО «Городской дворец творчества детей и молодёжи №1»
г. Набережные Челны

Методическая разработка предназначена для формирования у обучающихся потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями, приобщению к здоровому образу жизни и приобретению привычки заниматься физическими упражнениями с целью компенсации умственной нагрузки.

Занятия в объединении «Настольный теннис» дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляет здоровье.

Целевая аудитория: обучающиеся 8-12 лет

Цель: развитие физических качеств обучающихся и их уровня игры в настольный теннис через совершенствование техники «накаты справа и слева» с использованием мультимедиа и специальных тренажеров.

Задачи:

- обучающая: совершенствование применения техники наката слева и справа при игре в передвижении в настольном теннисе;
- развивающая: развитие физических качеств обучающихся, улучшение координации работы ног, выносливости, скорости реакции, глазомера;

– воспитательная: воспитание умения работать в паре, группе, в программе, целеустремленности и воли к достижению целей.

Материалы, оборудование, инструменты к занятию: теннисный холл, учебный класс, оборудованный специальными тренажерами «колесо», «робопонг», пластиковые мячи для БКМ, столы для игры в настольный теннис, ракетки с различными накладками, сетки высотой 15, 25, специальные снаряды; мультимедийное оборудование (телевизор, медиаприставка, компьютер/ноутбук, видеокамера, штатив).

Обоснование применения цифровой технологии на занятии: цифровая технология обеспечивает активизацию познавательной деятельности детей при объяснении темы. Занятие включает использование обучающих видеороликов, запись и просмотр игры обучающихся в настольный теннис, робопонг, тренажер «колесо». Обучающий видеоролик в форме мастер-класса снят педагогом совместно с приглашёнными игроками города Набережные Челны. Видеоролик смонтирован педагогом в приложении InShot. На занятии обучающиеся знакомятся с содержанием мастер-класса на своих устройствах, сканируя QR-код со ссылкой на видеоролик.

Ход занятия

Дежурный обучающийся: Постройся, становись, равняйся, смирно. Подравнялись. Все готовы к началу занятия!

Педагог: Здравствуйте, юные спортсмены. Сегодня у нас мероприятие по совершенствованию наката слева и справа. Давайте вспомним, что такое накат в настольном теннисе? Какие виды наката вы знаете? (обучающиеся отвечают на вопросы)

Педагог: Друзья, вы правы: накат – это удар с верхним вращением. Летит по дуге, когда ракетка идет сверху по мячу. Играем по мячу средней и верхней частью ракетки по верхней половине мяча. Мяч после удара с верхним вращением мяч летит по дуге и после отскока наскокивает на соперника. При накате используется небольшое верхнее вращение – это более плоский удар. Удар с сильным верхним вращением называется «топ-

спин». Топ-спин бывает верхний, верхне-боковой, боковой, быстрый, мощный, что зависит от сцепления мяча с накладкой.

Педагог: Как правильно вы должны стоять около стола для игры в настольный теннис, выполняя накаты? (обучающиеся отвечают на вопросы)

Педагог: Правильно, при накате слева мы стоим в левой половине стола, ноги стоят почти параллельно столу, правая нога на полстопы впереди, но при коротком мяче вперед выходит правая нога. При накате справа вперед выходит левая нога, и тяжесть тела переносится с правой ноги на левую. Теперь давайте посмотрим видеоролик, как выполняют накаты и топ-спины ведущие спортсмены города (просмотр видеоролика на тему осуществляется через QR-код со ссылкой, дополнительно просмотр видеоролика с youtube через медиаплеер в учебном классе)

Педагог: Вы посмотрели познавательный видеоролик. Сегодня во время вашей тренировки мы тоже сделаем видеосъемку с помощью смартфона и штатива, чтобы на следующем занятии подробно разобрать выполнение вами накатов справа и слева. А сейчас давайте проведем упражнения для ног и для улучшения зацепа мяча накладками ракетки и управления вращения мяча (обучающиеся выполняют упражнения под руководством педагога)

Педагог: Сейчас мы будем отрабатывать технику накатов справа и слева на практике. Необходимо во время тренировки говорить «стоп», когда идете за мячом, если мяч закатился в вашу зону передавать мяч, быть вежливым. Не прыгать через бортики, не замахиваться ракеткой друг на друга. Обратите внимание, что при ударах у стола меньше замах, за столом более широкий замах.

Далее педагог объясняет как работать центром тяжести тела при беговых упражнениях на координационной лестнице, выбирает обучающегося, который начинает вести беговые упражнения с использованием координационной лестнице, другие повторяют за ним: бег, бег приставным шагом, бег спиной впереди т.д.

Следующий блок разминки на нижнюю часть тела ведет другой обучающийся: перекат с ноги на ногу, вращение коленей, таза, туловища, наклоны, приседания, руками, вращение плеч, предплечий, кисти. Упражнения для баланса с ракеткой и мячом.

Педагог: Ребята, начинаем работу у столов в следующем режиме: имитация наката слева – 1 минута, наката справа – 1 минута, накаты мяча в сетку кистевым движением справа – 1 минута ; справа – слева 1 минута; восстанавливаем дыхание – 1 минута. Имитация в перемещении с 2х точек, параллельно столу – 1 минута. Имитация накат справа и накат слева в перемещении «треугольник» – 1 минута (педагог распределяет детей у теннисных столов, дети выполняют упражнения)

Педагог: Хорошо, ребята, молодцы! Теперь приступаем к выполнению наката справа – 10 минут. Наката слева – 10 минут. Подачи с верхним вращением (накатом) справа – 2,5 минуты, слева – 2,5 минуты. Свободная игра накатами справа – 5 минут, слева – 5 минут. Игра на счет накатами – 5 минут (педагог распределяет детей таким образом, чтобы у каждого теннисного стола работал более опытный обучающийся, тренировка с которым позволяет развить игровые навыки других обучающихся)

Педагог: Итак, друзья, мы отработали технику игры накатами справа и слева, а теперь переходим к заминке, играем в игру «круговая против тренера» (обучающиеся делают заминку)

Педагог подводит итог занятия, собирает обратную связь.

Педагог: Друзья, всем большое спасибо! До новых встреч!

Литература

1. Бишаева, А. А., Малков, В. В. Физическая культура : учебник / А. А. Бишаева, В. В. Малков. – М. : КНОРУС, 2016. – 321 с.
2. Богушас, В. М. Играем в настольный теннис / В. М. Богушас. – М. : Просвещение, 2013. – 128 с.

3. Видякина, М. В., Виненко, В. И. Физкультура. Поурочные планы для занятий с девушками / М. В. Видякина, В. И. Виненко. – Волгоград : Учитель, 2004. – 128 с.

4. Ковалько, В. И. Поурочные разработки по физкультуре / В. И. Ковалько. – М. : Вако, 2013. – 400 с.

5. Новоточин, С. А, Новоточина, Л. В. Настольный теннис. Школьная секция / С. А. Новоточин, Л. В. Новоточина. – М. : Чистые пруды, 2008. – 32 с.

**IT-технологии в боевых искусствах при проведении
онлайн-мероприятий по каратэ в дополнительном образовании**

Харитонов Владимир Константинович
педагог дополнительного образования

МАУДО «Городской дворец творчества детей и молодёжи №1»

г. Набережные Челны

IT-технологии в последнее время охватывают различные сферы деятельности человечества. Общественность впервые познакомила спортивный мир с возможностями применения интернет-платформ в образовательной и научной практике, в частности, при проведении онлайн-соревнований по боевым искусствам: ушу, каратэ и его аналогов в номинации «ката-формальные гимнастические упражнения». Эти упражнения можно оценивать с помощью различных IT-программ. Примером может послужить проведение чемпионата и первенства России по ушу-таолу (апрель – май 2020г.) И чемпионат и первенство Республики Татарстан по ката кекусин-кай каратэ (май 2020г.).

Проект, разработанный автором статьи, имеет целью внедрение IT-технологий в методику и практику обучения по боевым искусствам и предполагает участие в спортивных онлайн-соревнованиях и проведение собственных онлайн-соревнований различного уровня, а также предполагает дистанционное обучение, освоение программы в случае пропуска или заболевания обучающихся. Проведение занятий рассчитано на широкую возрастную категорию среди школьников и дошкольников от 6 лет до 18 лет.

Основная идея проекта – повысить популяризацию боевых искусств среди детей и молодежи через участие в спортивных онлайн-мероприятиях с применением новых IT-технологий. Проект подтверждает применимость IT-

технологий в спортивной деятельности, презентует новые формы тренировочного процесса. Соревнования в форме онлайн-турниров и занятия в дистанционном формате позволяют привлекать к участию аудиторию выступающих различных возрастов от 6 лет до 18 лет и старше. Занятия и соревнования проводятся без зрителей, что позволяет снять психологический стресс у юных начинающих спортсменов.

Все мероприятия в рамках проекта проводятся спортивным объединением «КЭМПО – Боевые искусства» МАУДО «Городской Дворец творчества детей и молодёжи №1» города Набережные Челны совместно с руководством и тренерским коллективом российских клубов г.Рязани, г.Ульяновска, г.Оренбурга, г.Ярославля, г.Тулы и Федерацией стилевого каратэ России.

План реализации мероприятий в рамках проводимого инновационного образовательного проекта включает участие в следующих спортивных онлайн-соревнованиях:

2020г.: открытый международный онлайн-турнир, г. Рязань (3 турнира); Открытый межрегиональный онлайн-турнир г. Ульяновск (3 турнира); международные: Чемпионат Мира (Бразилия); Кубок Челенджера (Великобритания), Республика Мальта.

2021г.: Открытый международный онлайн-турниры: г. Оренбург (3 турнира); Открытый международный турнир, Великобритания; Межрегиональный турнир Кубок Деда Мороза, г. Калининград; Открытый турнир, г. Ростов-на-Дону (3 турнира); Международный турнир, Индия.

Данные мероприятия реализованы, согласно календарного плана. Обучающиеся прошли подготовку по участию в онлайн-соревнованиях и успешно выступили на всех турнирах. Среди участников проекта 44 победителя и призёра онлайн-соревнований.

План реализации мероприятий в рамках проводимого инновационного образовательного проекта включает организацию и проведение следующих спортивных онлайн-соревнований:

2022г.: Международный онлайн-турнир «BerkutOpen» по всестилевому каратэ; Международный онлайн-турнир «Friendly CUP» по каратэ-ката; Международный онлайн-турнир «Кубок КАМАЗА» по всестилевому каратэ;

В настоящее время командой проекта организован и проведены онлайн-турниры «BerkutOpen» и «Friendly CUP». Данные мероприятия состоялись в январе и в апреле 2022 года соответственно. Турниры охватили около 18 городов России и 19 клубов Европы, Азии и Южной Америки общей численностью в 110 спортсменов. Все результаты проведения турниров, а также информация о предстоящих мероприятиях отражены на сайте <https://karate-wkf.ru/>

Тематическая онлайн-платформа, представленная на сайте <https://karate-wkf.ru/> включает проведение в форме смотра-конкурса формальных комплексов ката-каратэ по правилам всестилевого каратэ и каратэ версии WKS среди детей от 6 лет до 18 лет и старше. Контрольно-оценочные процедуры проводятся судейской бригадой, имеющей опыт по проведению соревнований по ката-каратэ и имеющих официальную судейскую категорию. Все комплексы оцениваются в каждом круге по 10-ти бальной системе. Соревнования проводятся в два и три круга в зависимости от количества участников в каждой возрастной категории. Все участники подразделяются по возрастным, половым и техническим категориям (кю и данам, согласно правилам проведения соревнований).

Выступление спортсменов с указанием возраста и технической подготовки заранее снимается на видеоролик и высылается по ссылке для последующего оценивания. Однако выступление спортсменов может быть

рассмотрено и «вживую» без предварительной загрузки видеовыступления с помощью специальной программы, такой как, например, платформа ZOOM.

Победителям и призерам онлайн-соревнований высылаются дипломы и медали, кубки и памятные призы всем участникам. Победителям и призерам, попавшим в 10-ку сильнейших, могут высылаются дополнительные сертификаты на покупку спортивной одежды (кимоно). Это поднимает интерес у выступающих и настраивает на лучшую подготовку к последующим соревнованиям.

В условиях дистанционного образования данный тип мероприятия показал себя актуальным и интересным способом работы с детьми, заинтересовал школьников разных возрастов. Для педагога-тренера участие и проведение такого мероприятия является полезным, новым опытом, а также удобной формой проведения в условиях ограничения проведения массовых мероприятий в регионах и стране, в целом.

Планируется развивать данный проект и в дальнейшем проводить подобные мероприятия, расширяя возрастную категорию участников (от 5 лет), а также разнообразить саму программу выступления. В данный момент в министерстве спорта России рассматривается вопрос реализации онлайн-турниров и официальных соревнований с применением бальной оценки выступлений спортсменов по многим видам спорта и включения их в календарный план всероссийских и региональных мероприятий с присвоением спортивных разрядов и званий.

Литература

1. Ксензова, Г. Ю. Инновационные технологии обучения и воспитания школьников. / Г. Ю. Ксензова. – Москва: педагогическое общество России, 2008. – 128 с.

2. Матяш, Н. В. Инновационные педагогические технологии: проектное обучение: учебное пособие / Н. В. Матяш. – Москва: Academia, 2018. – 256 с.

3. Петров, П. К. Возможности и перспективы использования современных информационных технологий в системе подготовки специалистов по физической культуре и спорту / П. К. Петров. – Москва: синергия, 2015. – 101 с.

4. Развивающие технологии в образовании. Материалы всероссийской научно-методической конференции. – Набережные Челны: изд. ФГБОУВПО «НИСПТР», 2014 – 21 с.

Цифровые ресурсы, применяемые в работе педагогами физкультурно-спортивной направленности отдела «Олимпиец»

Шакирова Вероника Вадимовна

методист

МАУДО «Городской дворец творчества детей и молодёжи №1»

г. Набережные Челны

Цифровая технология развивается и распространяется очень стремительно на протяжении последних десятилетий. От простейших компьютеров до искусственного интеллекта. Многие профессии становятся частью IT-сферы, и это неудивительно. Наибольший процент по зачислению студентов сейчас приходится на IT-факультеты высших учебных заведений. Спорт и туризм не могут отставать от этих трендов, поэтому работа педагога физкультурно-спортивной направленности также относится к единому концепту цифровизации образования. Данный концепт был продиктован национальным проектом «Образование», в который входят иные различные проекты, в том числе федеральный проект «Цифровая образовательная среда». Срок реализации этого проекта с 2019 года по 2030 год.

Цифровизация дополнительного образования – это процесс, который мы испытываем на себе и находимся в нём не первый год. С момента, когда в мире случилась пандемия, и было необходимо найти новые пути к организации процесса образования и воспитания. Тогда мы обратились к дистанционной форме обучения и к электронным образовательным ресурсам. Затем, спустя год, мы углубленно начали изучать цифровую технологию, каждый педагог на своём уровне.

Нельзя не заметить, что физкультурно-спортивная направленность немного отстаёт в скорости и в степени изученности и применения новейших технологий по сравнению с коллегами, работающими, например, по

социально-гуманитарной направленности. По словам педагогов спортивных объединений, они больше практики, чем теоретики. Однако соглашаются в том, что за несколько прошедших лет все они смогли изучить что-то новое. У кого-то получилось изучить цифровую технологию на продвинутом уровне, то есть работать с интерактивными упражнениями, создавать собственные ЭОР (электронные образовательные ресурсы) и так далее, а у кого-то на базовом уровне. Зато теперь эти педагоги успешно работают с текстовыми и графическими редакторами, интернет-ресурсами. И это очень хорошо, ведь каждый из них постарался и сформировал навык в рамках цифровой компетенции.

В спортивном отделе «Олимпиец» ГДТДиМ №1 г. Набережные Челны педагоги дополнительного образования наравне с коллегами из других отделов прошли методическое обучение по изучению цифровой технологии в период с октября по апрель 2021 года. В результате обучения педагоги получили знания и умения по работе с цифровыми ресурсами, онлайн-платформами, текстовыми и графическими редакторами, в том числе Microsoft Word, Power Point, Google-платформа, приложение InShot, QR-код технология, платформа социальной сети Вконтакте и другое.

Продуктом обучения стали методические разработки педагогов и проведённые в соответствии с ними открытые занятия с применением цифровой технологии. Педагоги спортивного отдела «Олимпиец» поставили задачу найти различные способы применения цифровых технологий на занятиях. Среди интересных реализованных идей: съёмка педагогом видеоролика с мастер-классом и показ видеоролика на занятии, видеосъёмка отработки приёма обучающимися в условиях реального времени и показ получившегося видеоматериала для просмотра детьми, анализа и исправления ошибок, создание QR-кодов со ссылками на видео для объяснения техники выполнения нового элемента, создание игры с использованием QR-кода, в процессе которой обучающиеся по ссылке

открывают попавшуюся им карточку с элементом, должны его показать, а остальные обучающиеся должны угадать, что это за технический элемент.

Каждое из проведённых открытых занятий отличалось по содержанию и отражало видение отдельного педагога на то, в какой ситуации, по его мнению, целесообразнее и интереснее применить цифровую технологию на занятии. Это могла быть и разминка, мог быть и этап открытия нового знания или этап закрепления полученных знаний и умений. Интересным нововведением на занятии педагогов стало применение цифрового ресурса во время рефлексии, когда обучающиеся заполняли онлайн-опросник или же выкладывали получившийся на занятии материал в социальную сеть и ставили оценки своей проделанной работе.

Таким образом, стоит отметить тенденцию к видоизменению подходов к выстраиванию содержания занятий у педагогов дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности и положительную динамику изучения и применения ими на занятиях современной цифровой технологии.

Литература

1. Никулина, Т. В. Информатизация и цифровизация образования: понятия, технологии, управление / Т. В. Никулина, Е. Б. Стариченко // Педагогическое образование в России. – 2018. – № 8. – С. 107-113.
2. Петров, М. Г. Использование ИКТ на уроках физической культуры / М. Г. Петров // Компетентностный подход: современные аспекты развития образования: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. – Саратов, 2017. – С. 125–126.

Цифровые ресурсы, применяемые в работе педагога дополнительного образования при обучении футболу

Шепелев Николай Андреевич

педагог дополнительного образования

МАУДО «Городской дворец творчества детей и молодёжи №1»

г. Набережные Челны

Одними из главных факторов, определяющих направление развития общества, является развитие информационных технологий. За последние годы произошло значительное изменение роли и места информационных технологий в образовательном процессе. Без них сложно и даже невозможно представить современного человека. Развитие информационных технологий обусловило появление такой новой формы образования, как электронное образование, то есть обучение с использованием информационно-коммуникационных технологий. Основой электронного образования являются электронные образовательные ресурсы.

Электронные образовательные ресурсы позволяют решить задачи:

- индивидуализации и дифференциации обучения;
- стимулирования разнообразной творческой деятельности;
- воспитания навыков самоконтроля, привычки к рефлексии;
- изменения роли ученика в учебном процессе от пассивного наблюдателя до активного исследователя.

Информационные технологии используются в различных учебных дисциплинах, в том числе и в дисциплине «Футбол». Применение современных технологий в образовательном процессе стимулирует познавательный интерес к футболу, создавая условия для мотивации к изучению этого предмета, тем самым способствуя повышению качества образования в целом. Использование информационно-коммуникативных

технологий (ИКТ) на занятиях по футболу – процесс объективный и закономерный.

Использование ИКТ позволяет учителю повысить уровень владения информацией по дисциплине, развить имеющиеся и приобрести новые навыки работы с информацией в условиях постоянного совершенствования компьютерного оснащения, перейти от объяснительно-иллюстрированного способа обучения к деятельностному, при котором ученик становится активным субъектом образовательного процесса. При этом новые информационные технологии сами становятся инструментом познания, обучения, выполняют обобщающую, исследовательскую, развивающую, воспитывающую и контрольно-корректирующую функции.

Информационно-компьютерные технологии позволяют организовать учебный процесс на новом, более высоком уровне и обеспечивают более полное усвоение учебного материала. В настоящее время существуют различные разработки, позволяющие использовать компьютерные технологии: создание банка данных показателей здоровья и физических качеств, мониторинг уровня физического и функционального состояния, проектный метод и многое другое.

Можно сделать вывод, что компьютерная поддержка позволяет вывести современное занятие по футболу на качественно новый уровень, повысить статус педагога, использовать различные виды деятельности на занятии, эффективнее организовать контроль и учёт знаний обучающихся.

Выделяют определённые формы использования ИКТ на занятиях по футболу: наглядные пособия, электронные презентации, электронное тестирование, мультимедийные интерактивные упражнения. В образовательном процессе можно использовать разнообразные электронные и информационные ресурсы при планировании учебных и внеурочных занятий, для закрепления усвоенных знаний, а также для организации самостоятельного изучения дополнительного материала и т.д. Компьютерные тесты и тестовые задания могут применяться для осуществления различных

видов контроля и оценки знаний. Электронные и информационные ресурсы могут быть использованы в качестве учебно-методического сопровождения образовательного процесса. Педагог для подготовки к занятию может пользоваться таким интернет-ресурсами, как «Растим здоровое поколение». Сайт построен на взаимопомощи педагогов, где выложены материалы, презентации, методические разработки и конспекты, необходимые для проведения физкультурно-оздоровительной деятельности.

Российская электронная школа: это информационно-образовательная среда, объединяющая ученика, учителя, родителя. На данном ресурсе педагог может воспользоваться видео материалами, презентациями для преподнесения той или иной тематической информации ученикам на занятиях.

«Инфоурок»: благодаря данному ресурсу, педагог может воспользоваться материалами тестов, агитационных газет, мультфильмами, в которых отражается пропаганда здорового образа жизни и др.

Таким образом, для того чтобы построить не просто занятие, а занятие, которое способно заинтересовать детей для достижения поставленных физических, оздоровительных и других целей, существует огромное количество интернет-ресурсов которыми учитель может воспользоваться и включить в план занятия. Также следует отметить, что не только интернет-ресурс является образовательным средством, но существуют и многие другие, к ним относятся: 1) электронные библиотеки, электронные книги, электронные периодические издания, словари, справочники; 2) обучающие компьютерные программы, информационные системы, развивающие компьютерные игры, мультимедийные учебные занятия; 3) электронная почта, электронные телеконференции, поисковые системы, 4) электронные учебники и пособия, задачки, тесты, словари, справочники, энциклопедии и т.д.; 5) видеофрагменты процессов и явлений, демонстрации опытов, видео экскурсии; статистические и динамические модели и т.д. Проблема усвоения теоретического материала может быть решена за счет онлайн-тестов и

онлайн-справочников. В таком случае, учитель сможет дать ссылку на электронный ресурс, где изложен теоретический материал, и составить онлайн-тест для учеников, результат которого поможет оценить успешность усвоения данного материала.

Применение компьютерных технологий должно соответствовать основным задачам, выдвигаемым к ним в процессе преподавания. Компьютерное творчество помогает развивать разнообразные способности в ходе выполнения самостоятельных нестандартных заданий, навыки использования информационных технологий и различных источников информации для решения и самостоятельного поиска познавательных задач, умение вести индивидуальную работу, помогает формировать интерес к игре футбол. Обучающихся интересует сам творческий процесс и его результат.

Литература

1. Григорьев, О. А. Информационные технологии в обучении на уроках физической культуры / О. А. Григорьев, Е. А. Стеблецов, Ю. Л. Каратаев // Инновационные процессы в современной науке: Материалы международной научно-практической конференции. – Нефтекамск, 2019. – С. 431–435.