

после занятий чувствуют себя так, как будто у них «выросли крылья». Однако надо помнить, что подобные занятия должны быть регулярными и систематическими.

Литература

1. Васильева И. А. Содержание и методика занятий водной аэробикой с женщинами зрелого возраста: диссертация... кандидата педагогических наук: 13.00.04. Москва, 1996. – 241 с.
2. Якуб, И. Ю. Влияние аквааэробики на организм / И. Ю. Якуб, А. А. Старикова. – Текст : непосредственный // Молодой ученый. – 2015. – № 16 (96). – С. 446–449. – URL: <https://moluch.ru/archive/96/21596/> (дата обращения: 01.11.2020).
3. Лоуренс Д. Аквааэробика. Упражнения в воде / Д. Лоуренс; пер. с англ. А. Озерова. М.: Гранд-фаир, 2000. – 255 с.
4. Зорина, Л. Я. Мир фитнеса – мир здоровья (из опыта работы) / Л. Я. Зорина. – Текст : непосредственный // Образование и воспитание. – 2017. – № 4 (14). – С. 12–14. – URL: <https://moluch.ru/th/4/archive/67/2686/> (дата обращения: 01.11.2020).

ФОРМИРОВАНИЕ ТАКТИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ В ПРОЦЕССЕ СПОРТИЗАЦИИ С ПОМОЩЬЮ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

Н.А. Поздеев, Р.С. Наговицын

Глазовский государственный педагогический институт им. В.Г. Короленко,
Российская Федерация, e-mail: gto18@mail.ru

В современном мире, все активнее используются информационные технологии в образовательном процессе. Но их внедрение в физическое воспитание спорт идет не так быстро, как в других дисциплинах. Цифровые технологии имеют потенциал для улучшения обучения на занятиях, но только при соблюдении ключевых условий. В данном исследовании, использование информационных технологий проводится в рамках спортивной группы студентов. Необходимость модернизации процесса спортизации, в частности внедрения информационных технологий в процесс тренировки, в настоящее время актуально. Именно с учетом данной актуальности выполнено исследование и получены экспериментально доказанные положительные результаты.

Ключевые слова: *информационные технологии, тактическое мышление, интерактивная доска.*

В настоящее время, цифровые информационные технологии, в большей степени, определяют жизнь студентов. Они первое поколение, которое будет расти вместе с информационными технологиями вместе. В зарубежной литературе их называют «digitalnative» – «Цифровые туземцы» [1, с. 2686–2688]. В последнее время все активнее пропагандируется использование средств массовой информации и цифровых технологий в спорте. Цифровые технологии имеют потенциал для улучшения обучения на занятиях, но только при соблюдении трех ключевых условий. Во–первых, преподаватели и учащиеся должны быть готовы использовать его. Во–вторых, контекст конкретного тренировочного занятия должен соответствовать его использованию. Наконец, цифровые технологии должны явно способствовать достижению поставленных целей обучения. Если какой–либо из этих трех факторов отсутствует, то влияние цифровых технологий, помимо того, что они являются новинкой для преподавателя или учащихся, будет незначительным [1, с. 2688–2690].

Совершенствование тактического мышления в спортивных играх является приоритетным направлением в современном спорте. Построение тренировочного процесса с акцентом на формирование тактического мышления позволит улучшить параметры соревновательной деятельности и достичь высоких результатов в основных соревнованиях.

Не менее актуально совершенствование игроков с помощью информационных технологий. На данную тему исследовательское внимание сосредоточено на изучении того, как технология используется тренерами–преподавателями и может облегчить обучение студентов, но проведено мало исследований, которые были сосредоточены на том, как преподаватели интегрировали цифровые технологии в свое обучение и в развитие студентов и ориентировались в соответствующих вопросах [2, с. 25–26].

Тактическая подготовка – это процесс приобретения игроками профессиональных знаний, усвоения и совершенствования навыков, позволяющих игроку выбрать оптимальное решение в каждой игровой ситуации и эффективно его применить [3, с. 350–355]. основополагающим признаком (характеристикой) тактической подготовленности являются тактические знания, полученные в ходе теоретической подготовки. В этом случае происходит как бы наложение содержания тактической и теоретической подготовки. Именно поэтому одна из частей спортивной подготовки обозначается как теоретико–тактическая подготовка. С точки зрения отношения этой части, что касается подготовки к теоретической подготовке, то мы рассматриваем теоретическую подготовку как высшую часть этой части подготовки. Содержание тактической подготовки включает в себя деятельность, направленную на развитие тактического мышления и тактического действия [3, с. 356–358].

Тактическая часть игровой деятельности индивида – это мыслительные акты и операции, которые происходят в сознании игрока при решении игровых ситуаций. Тактика, как правило, относится к системе действий игрока, системе различных альтернатив принятия решений, реакций, которая позволяет в ограниченном во времени понятии цели реализовать поведение игрока и поведение команды в рамках краткосрочных отношений.

Материал и методы. Исследование проводилось на базе баскетбольного клуба ГГПИ им. В.Г.Короленко г. Глазова. Всего в исследовании приняло участие 20 студентов, занимающихся баскетболом: по 10 человек в экспериментальной и контрольной группе. Группы были сформированы по результатам предварительного тестирования технических умений (ведение мяча, бросок по кольцу, умение отдавать точную передачу) и тактического мышления студентов. Тактическое мышление оценивалось временем решения тактических задач и использованием разученных тактических комбинаций. Тактические задачи представляют собой игровые комбинации, разделенные между собой по уровню сложности (простые и сложные). По исследуемым параметрам существенных различий не выявлено. Это дает основание считать, что группы однородны.

Цель исследования – разработать систему формирования тактического мышления на спортивных занятиях по баскетболу для студентов с использованием информационных технологий.

Методы исследования: анализ научно–методической литературы; педагогическое тестирование, педагогический эксперимент; методы математической статистики.

Для исследования используется две группы по 10 человек. С одной из групп проводятся занятия с использованием интерактивной доски по специальной программе тренировок. Эксперимент проходит в течение 10 недель, специальное занятие с использованием интерактивной доски проходит 1 раз в неделю.

Результаты и их обсуждение. В ходе эксперимента с одной из групп было использовано приложение tactical board.

В начале тренировки, в течение 20–30 минут, с помощью «tactical board» происходил разбор тактических перемещений в защите и в нападении с использованием интерактивной доски. Всего были изучены следующие взаимодействия:

1. Несколько видов защиты (Рис. 1, Рис.2):
 - 1.1. зонная защита (2x3, 3x2, 2x1x2)
 - 1.2. личный и зонный прессинг

- 1.3. личная защита с элементами подстраховки
- 2. Передвижения в нападении (Рис. 3):
 - 2.1. против личной защиты
 - 2.2. против зонный защиты
 - 2.3. против личного и зонного прессинга

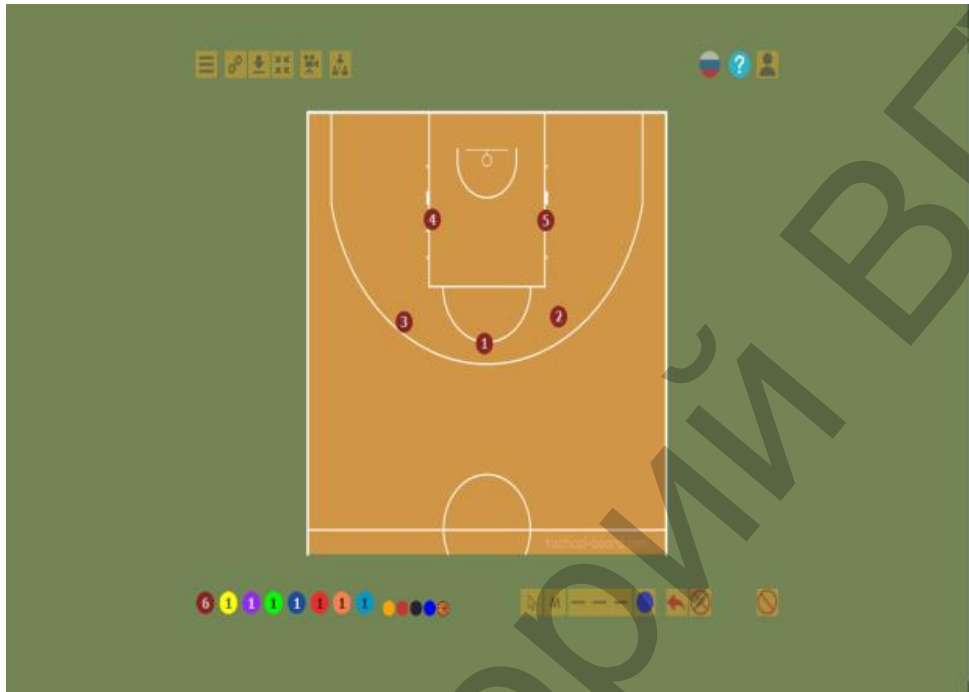


Рисунок 1. Примеры командной расстановки в защите

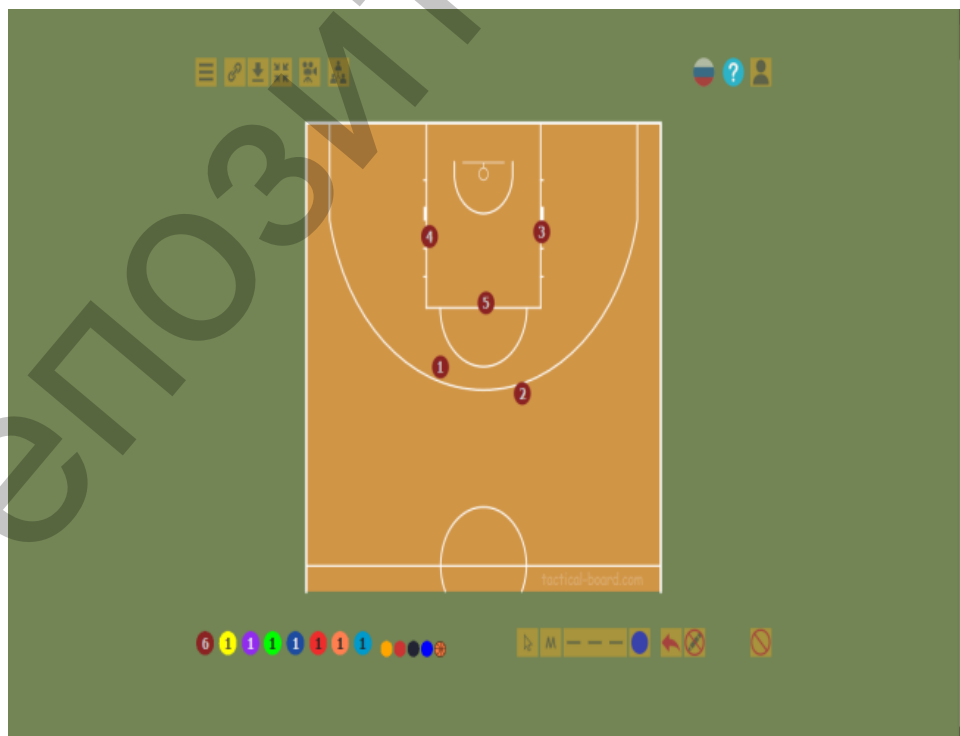


Рисунок 2. Примеры командной расстановки в защите

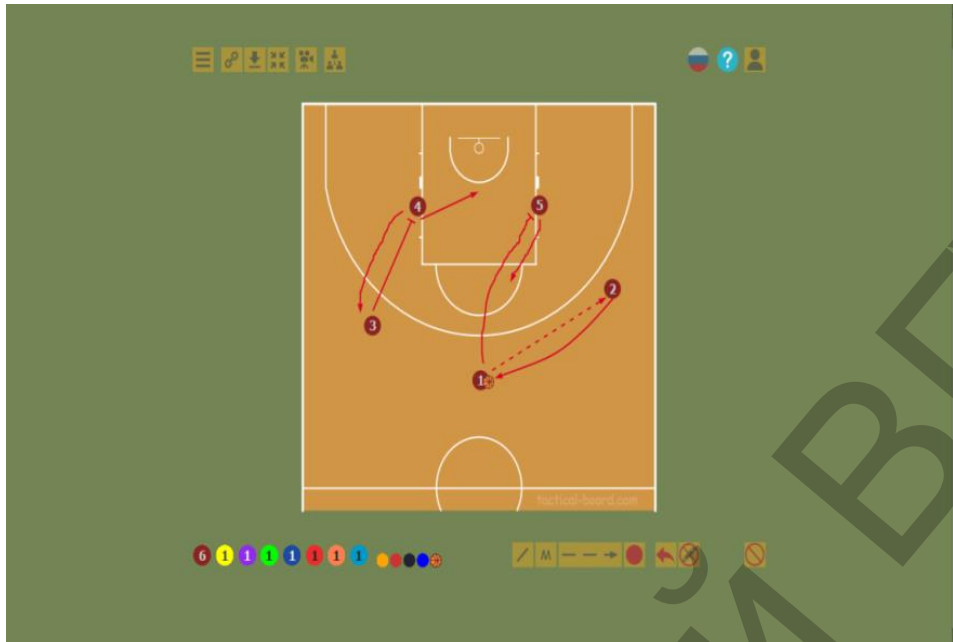


Рисунок 3. Пример схемы командных взаимодействий в нападении

На нем, тренер-преподаватель для начала объясняет, как пользоваться интерактивной доской и самим приложением. А затем, с помощью всего инструментария данного приложения начинает разбор командных взаимодействий в защите и в нападении. Позднее, группа заходит в спортивный зал и начинает отрабатывать взаимодействия на практике. В это же время, другая группа изучала эти же тактические перемещения, но в устной форме. Позднее, она также отрабатывает их на практике. Таким образом, тренировки проводятся в течение 2 недель, по 1 в неделю. Спустя 2 недели, участники экспериментальной группы начинают работать самостоятельно, но под присмотром тренера-преподавателя. В процессе таких занятий допускается возможность студентам учить друг друга пользоваться приложением. Так они продолжают заниматься еще 8 недель.

В заключение эксперимента, для выяснения эффективности данных занятий, был проведен тренировочный матч между экспериментальной и контрольной группой по особым правилам: играть можно было исключительно тактические взаимодействия. В итоге, экспериментальная группа показала лучшее знание взаимодействий, проявило игровую креативность, могла лучше прогнозировать передвижение соперника.

Экспериментальная группа применяет все изученные комбинации в игровой деятельности, успешно выбирает комбинации и исполняет ее (расстановка, разыгрывание и завершение атаки), применяют различные варианты взаимодействий, мало времени использует на ведение мяча, не атакует при преимуществе соперника.

В свою очередь контрольная группа имеет преимущественно индивидуальный характер игры. Взаимодействия в атаке редко приводят к логическому заключению. Комбинации осуществляются преимущественно при участии двух игроков, хотя разучивались комбинационные взаимодействия на большее количество игроков. Действия в атаке однообразны.

Что касается действий в защите, то экспериментальная группа применяет тот вид защиты, который был задан в игровой ситуации, а также без особых затруднений может перестраиваться в другой вид по ходу игры. Контрольная группа обычно теряется в защитных действиях, совершает ошибки при движениях «зоны», при передвижениях в «зонном прессинге».

Заключение. Полученные результаты в данном эксперименте, согласуются с результатами доказанных в других исследованиях по анализу интегрирования информационных технологий со спортом. Проведенный теоретический анализ исследований по данной проблеме обосновывает, что информационные технологии в целом положительно влияют на процесс формирования тактического мышления, но при соблюдении обязательных условий. Необходимость модернизации процесса спортизации, в частности внедрения информационных технологий в процесс тренировки, в настоящее время актуально [4, с. 290]. Именно с учетом данной актуальности выполнено исследование и получены экспериментально доказанные положительные результаты.

В многочисленных исследованиях предлагаются и экспериментально обосновываются различные подходы по внедрению информационных технологий в процесс спортизации [5, с. 245–247]. Однако, как показало наше исследование, помимо внедрения технологий, важно чтобы ими овладели студенты. Получив необходимые знания, у студентов сформируются необходимые ИКТ-компетенции.

Литература

1. Rudloff C. Implementation of digital technologies in physical education, inted. 2020 Proceedings, 2686–2691. DOI:10.21125/inted.2020.0803
2. Наговицын, Р.С. Формирование физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза (на основе мобильного обучения): дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.08 / Р.С. Наговицын. – М., 2014. – 444 л.
3. Essam R., Zaidoon H. Tactical thinking for the special playing situations for basketball players constructing and application. Al-Rafidain Journal For Sport Sciences. 2014. 20. 346–372. DOI: 10.33899/rajsport.2014.163129.
4. Наговицын, Р.С., Ипатов И.В. Модернизация занятий физической культурой в нефизкультурном вузе для ускоренного формирования мотивационно–ценностного отношения студентов к физкультурно-спортивной деятельности. – Вестник Казанского технологического университета. 2011. № 24. – С. 289–294.
5. Наговицын Р.С., Ипатов И.В. Теоретико–методологические основы формирования физической культуры личности студента. – Вестник Казанского технологического университета. 2013. Т. 16. № 15. – С. 244–249.

ПРОЯВЛЕНИЕ МАКСИМАЛЬНЫХ МЫШЕЧНЫХ УСИЛИЙ (СТАНОВАЯ ДИНАМОМЕТРИЯ) У СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ ПО СЕКЦИИ АРМРЕСТЛИНГА

И.В. Романов, В.А. Лаппо, Е.А. Павелко

Витебский государственный ордена Дружбы народов медицинский университет,
Республика Беларусь, e-mail: thlonilya1980@gmail.com

В статье представлены результаты исследований в определении максимальных мышечных усилий в становой динамометрии у студентов–медиков по секции армрестлинга. Цель данной работы состояла в определении динамики показателей силовой подготовленности спортсменов и влияния нагрузки на различных этапах подготовки.

Ключевые слова: динамометрия, становая динамометрия, студент-медик, армрестлинг, физическое воспитание, физическая подготовка.

Армрестлинг – силовой вид спорта, в котором спортсмены борются на руках за специальным столом [1]. С древних времен борьба на руках, – «игра в локотки», была популярна в качестве досуга и решения личностных мужских амбиций. Со временем этот