

Российский государственный профессионально-педагогический университет,
г. Екатеринбург

**Современные оздоровительные технологии физического воспитания
и адаптивной физической культуры**

Характеристика, которая делает физическое воспитание уникальным среди образовательных дисциплин – это движение человека и понимание предмета как средства физической деятельности. Следовательно, человеческое тело может рассматриваться как основной носитель в классе физического воспитания, что может привести к ощущаемой недостающей связи между технологией и физическим воспитанием с точки зрения здравого смысла. Можно выделить две нити аргументации, которые могут объяснить это восприятие отсутствующей связи.

Во-первых, средства массовой информации информационно-коммуникационных технологий (ИКТ) могут выступать в качестве угрозы для детей и подростков, отнимая драгоценную физическую активность. Средства массовой информации призывают молодежь быть «толстым, глупым и ленивым», вызванным чрезмерным потреблением медиа. Несколько опросов, похоже, подтверждают эту дискуссию. Медиа и технология поэтому воспринимаются как своего рода контрмера против здоровой физической активности, которая должна быть в центре физического воспитания и поощряться. В этой аргументации физическое воспитание компенсирует недостаток физической активности в повседневной жизни вне учебных заведений, в то время как технологии считаются чем-то чужим, что противоречит физической активности.

Во-вторых, физическое воспитание может казаться неважным, по сравнению с другими «основными» учебными дисциплинами. Так физкультура не была включена в крупные международные технологические исследования, фокус глобальных исследований и политиков, возможно, сместился на основные предметы, оставляя физическое образование в стороне.

С другой стороны, имеются убедительные доказательства в виде опубликованной литературы, присутствия средств массовой информации и на порталах в Интернете, что физическое воспитание и технологии являются плодотворной и выгодной связью [1].

На сегодняшний день, систематического и всестороннего обзора публикаций в области техники и физического воспитания катастрофически мало. Например, количество учебников, касающихся технологии и физического воспитания, а также глав, посвященных этой теме в общеобразовательных учебниках по физическому воспитанию, возросло. Тем не менее, с точки зрения количественного выпуска публикаций, Тема интеграции технологий в физическом воспитании недостаточно представлена в литературе по физическому воспитанию, может быть обновлена.

На основе различных научных статей можно бы сформулировать четыре педагогических сценария, которые обозначают типичное и наиболее выгодное использование интеграции технологий в классах физического воспитания в отношении обучения учащихся:

- домашнее задание и теория;
- информационный ввод;
- учебные станции;
- обратная связь;
- отслеживание физической активности.

Домашнее задание и теория. Электронные учебники, веб-страницы и интернет-порталы, мультимедийные DVD-диски, и приложения для смартфонов, планшетов могут распространяться среди учащихся с целью предоставления теоретических материалов по конкретным темам, как во время занятий, так и для подготовки или постобработка как домашнее задание. Интернет предлагает широкую область ресурсов для получения информации о физической активности похожие темы. К тому же, онлайн ресурсы и программы физического воспитания могут предлагать лучшие учебные материалы и системы управления обучением. Консоли и шагомеры, а также

приложения для отслеживания активности могут служить устройствами и программным обеспечением для выполнения домашних заданий, связанных с физической активностью [2].

Информационный ввод: теоретический ввод может распространяться через любой экран, достаточно большой для соответствующего размера класса. Оборудование, такое как портативное или постоянно установленные проекторы, портативные или стационарно установленные телевизоры, экраны ноутбуков или настольных компьютеров, экраны планшетов или даже смартфоны, экраны для небольших групп могут быть использованы для информационного ввода. Используя беспроводной Интернет, если он доступен, веб-контент и видео также могут быть загружены информационные цели ввода.

Учебные станции: хорошо известную концепцию учебных станций в области физического воспитания можно легко усовершенствовать с помощью технологии, внедряя задачи, насыщенные технологией, на одной или нескольких станциях. Появление мобильных технологий, а именно смартфонов и планшетов, которые намного дешевле ноутбуков и обычно имеют больший срок службы батареи, значительно упрощает интеграцию технологий с точки зрения доступности ресурсов, поскольку учащиеся могут сами принести свои собственные устройства.

Обратная связь: обратная связь со студентами в отношении приобретения двигательных навыков или поведения в спортивных играх может быть получена немедленно, сразу после соответствующего двигательного действия с помощью программного обеспечения задержки видео. Бесплатное программное обеспечение, такое как VLC Player и Kinovea, предоставляет эту функцию бесплатно без необходимости покупать дорогостоящее профессиональное программное обеспечение, которое, скорее всего, не может себе позволить обычная школа. Отредактированное видео также может распространяться в Интернете через LMS или онлайн-видео порталы, даже ставя студентов в роль редактора. Тем временем было разработано несколько приложений для управления этими сценариями обратной связи. Используя цифровую камеру,

которая также может быть частью планшета или встроена в корпус ноутбука, соответствующий используемый экран также может служить цифровым зеркалом, которое обеспечивает прямую трансляцию в реальном времени движений студента. Особенно в областях преподавания физического воспитания зеркала для немедленной самоотдачи могут быть редкими, поэтому это расширение исходного сценария добавляет дополнительное измерение к усовершенствованным технологиям обратной связи в физическом воспитании.

Оценка физической активности. Идея этого педагогического сценария заключается в том, что учащиеся носят мобильные устройства для оценки физической активности, такие как шагомеры или пульсометр в классе, в то время как они активно участвуют в физическом воспитании. С точки зрения укрепления здоровья, мониторинг уровней физической активности учеников во время занятий по физическому воспитанию может предоставить объективные данные о фактической нагрузке на ученика и учителя. Поэтому учитель физкультуры, а также сами ученики могут контролировать свои физические и двигательные усилия.

Накопленные данные о физической активности учащихся также могут дать представление об общем поведении физической активности вне физического воспитания и в школе. Поскольку устройства для измерения физической активности резко снизили цены, приложения очень удобны для ежедневного физического занятия образования.

Список литературы

1. Ульянова И. С. Новые инновационные технологии в физическом воспитании школьников // Молодой ученый. – 2015. – №10.1. – С. 42-49. – URL <https://moluch.ru/archive/90/18693/> (дата обращения: 27.10.2019).

2. Тагариев Р.З., Шихов С.Е. Новые образовательные технологии и принципы организации учебного процесса в сфере физической культуры // Современные наукоемкие технологии. – 2007. – № 6 – С. 92-93.