

лишний», «Чай-чай – выручай!», «Цепи кованые», «Кошки-мышки», «Гуси-лебеди», а также «Запрещенное движение», «Светофор», «Два Мороза», «Вызов номеров». Применяю различные методы спортивного направления: игровые, соревновательные, круговые, челночный бег, эстафеты, развивающие такие физические способности, как выносливость и координацию, скоростные и силовые. Знание подвижных игр позволяет детям организовать игру во дворе или в компании сверстников.

Образование сегодня признается результативным лишь тогда, когда оно переходит в самообразование [2; с.439].

Главная задача в развитии одаренности: это не оборвать связь требований современности с исходным условием детства, а найти ту золотую середину желаемого и возможного, которая обеспечит комфортные условия развития одаренности детей. Необходимым условием развития способностей ребенка является его увлеченность процессом деятельности, а особенностью является их более раннее развитие и профессиональное самоопределение [4;с.18-19].

*Библиографический список:*

1. Авдеева Н.И, Шумакова Н.Б, и др. Одаренный ребенок в массовой школе. Москва. Просвещение. 2006. 239с.
2. Андреев В.И. Конкурентология. Казань. Центр инновационных технологий. 2013. 468 с.
3. Бабаева Ю.Д. Динамическая теория одаренности. журнал // Основные современные концепции творчества и одаренности под редакцией Д.Б. Богоявленской. Москва. 1997.
4. Бабаева Ю.Д., Белоусова В.В, Попова Л.В., Юркевич В.С. Организация психологического сопровождения одаренных подростков в процессе их профессионального самоопределения. Методические рекомендации. Москва. 2011. 76 с.
5. Кулемзина А.В. Одаренный ребенок как ценность современной педагогики. М.2004.264с.
6. Педагогические системы. Одаренные дети //Под ред. Д.Б. Богоявленской. Сборник материалов МКО. Москва, 2000.
7. Юркевич В.С. Одаренный ребенок: иллюзии и реальность. Москва. Просвещение. 1996

Пентина А. И., Комлева С.В.

*Российский государственный профессионально-педагогический университет  
г. Екатеринбург, Россия*

#### ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ КАК СРЕДСТВО ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ

*Аннотация.* В условиях пандемии важную роль играет применение информационных технологий в организации физкультурно-спортивной деятельности. Использование электронных ресурсов позволяет расширить

традиционные формы занятий, разнообразить учебный процесс, доступнее и качественнее преподносить учебный материал, создать условия индивидуального ведения занятий для развития и формирования необходимых знаний, умений и навыков. В работе представлено исследование, которое показывает эффективность организации физкультурно-оздоровительной деятельности с применением информационных технологий в условиях пандемии COVID-19.

*Ключевые слова:* информационные технологии, пандемия, физкультурно-оздоровительная деятельность, COVID-19.

Пандемия COVID-19 для многих жителей России и всего мира стала переломным моментом, когда всем людям пришлось переосмыслить свой привычный образ жизни, посмотреть на него другими глазами и внести в него значительные изменения. В период пандемии все из нас в той или иной мере столкнулись с ограничением свободы передвижения, проблемой сокращения доходов, невозможностью получения плановой медицинской помощи. Учебные заведения по всему миру были вынуждены перейти на дистанционное обучение [2].

Обучение с применением дистанционных образовательных технологий (ДОТ) в условиях пандемии дало возможность расширить возможности, выявить свои плюсы и минусы для каждого, помогло многим наиболее эффективно управлять своим временем, расширить свои знания в разных областях. Однако, насколько информационные технологии являются эффективным средством организации физкультурно-оздоровительной деятельности?

В период изолирования от всевозможных условий организации физкультурно-оздоровительной деятельности, от привычных нам тренажерных залов, залов для практических занятий, детско-юношеских спортивных школ, стадионов, бассейнов и многого другого, многим пришлось адаптироваться под новые условия среды, активно развивать физкультурно-оздоровительную деятельность и внедрять её, не выходя из дома. В учебных заведениях активно начали использоваться возможности социальных сетей (Instagram, ВКонтакте, TikTok и др.), мессенджеров (Viber, WhatsApp, Telegram и др.) и особенно различных видеоконференций (Zoom, Skype, Microsoft Teams и др.), благодаря которым педагоги и тренеры могли общаться со своими подопечными, давать различные задания, включая и видеосюжеты, связанные с техникой выполнения упражнений, методикой обучения [2].

Нами был проведен мини-опрос, который состоял из 8 вопросов, об организации физкультурно-оздоровительной деятельности в условиях бушующей пандемии COVID-19. В проведенном опросе участвовало 15 человек, студентов РГППУ: 5 юношей (33,3%) и 10 девушек (66,7 %). Возраст респондентов колебался от 18 до 24 лет включительно. Опрос был создан на платформе Google. Документ (формы). Этот способ позволил сэкономить огромное количество времени при обработке поступающих на него ответов и беспрепятственно пройти участникам его дистанционно.

Результаты исследования показали, что 100% опрошенных занимались физкультурно-оздоровительной деятельностью в период пандемии COVID-19. При

этом, 80% респондентов указали, что им было легко заниматься с применением информационных технологий, 20% указали, что нет.

Как показывают результаты, 66,7% респондентов ответили, что они не занимались посредством видеоконференций с педагогом или тренером и лишь 33,3% ответили, что занимались. Можно сказать, что проведение занятий с помощью видеоконференций не являлось приоритетным во многих учебных заведениях. Также 66,7% опрошенных ответили, что советовались с учителями, преподавателями и тренерами через различные мессенджеры, значит спрос на занятия и методические рекомендации специалистов в области физической культуры и спорта – был.

60% опрошенных ответили, что для них были актуальны спортивные челленджи, онлайн - курсы, которые проходили в различных социальных сетях. И этому есть разумное объяснение. Потому, что раз не было видеоконференций, людям пришлось искать иной способ заниматься онлайн. В период самоизоляции было немало спортивных челленджей, в которых участвовали знаменитые спортсмены, такие как: Шарон ван Раувендал, Станислав Кокорин, Роджер Федерер [1] и многие другие, помогая всем остальным поддерживать свою форму и не падать духом. Можно сказать, что физкультурно-оздоровительная деятельность стала популярным видом времяпрепровождения в условиях карантина. Онлайн – курсы и личные тренеры помогли всем нам поддерживать свою двигательную активность и быть в ресурсе.

Кроме того, 93,3% респондентов ответили, что информационные технологии могут быть неплохим средством организации физкультурно-оздоровительной деятельности. Это говорит о том, что многим понравилось заниматься онлайн, а 26,7% используют их до сих пор.

Все вышесказанное говорит о том, что информационные технологии могут стать эффективным средством организации физкультурно-оздоровительной деятельности. Важно лишь, чтобы все, начиная от государства до занимающихся, хотели и старались активно внедрять физическую активность в свой день с применением Интернет-ресурсов.

*Библиографический список:*

1. *Петров, К. П.* Цифровые тренды в сфере физической культуры и спорта / П. К. Петров // Теория и практика физической культуры. 2021. №12 (12). С. 6-8. Текст: электронный. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/tsifrovye-trendy-v-sfere-fizicheskoy-kultury-i-sporta/viewer>

2. *Савельева, О. В.* Спортивная сфера в условиях пандемии коронавируса: наиболее успешные решения дистанционной системы занятий спортом / Савельева О. В., Ляховская Ю. М. // Скиф. Вопросы студенческой науки. 2020. №5-1 (45). С. 301-306. Текст: электронный. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sportivnaya-sfera-v-usloviyah-pandemii-koronavirusa-naibolee-uspeshnye-resheniya-distantsionnoy-sistemy-zanyatiy-sportom/viewer>

3. *Субочева, А. О.* Влияние пандемии COVID-19 на здоровье и образ жизни студентов в России / Субочева А.О., Рязанцева М.В., Якушова Е.С. //

Подкорытов К.А., Комлева С.В.

*Российский государственный профессионально-педагогический университет,  
г. Екатеринбург, Россия*

## ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ СОВРЕМЕННОСТИ

*Аннотация.* Оздоровительная физическая культура является частью общей физической культуры ее основная цель - укрепление здоровья, поддержка высокой работоспособности, восстановления нарушенных функций. В статье показана важность современных технологий в физкультурно-оздоровительной сфере. Рассмотрены современные физкультурно-оздоровительные технологии, которые наиболее рациональны и полезны в использовании с молодежью. Раскрывается проблематика внедрения в рамках системы физического воспитания современных физкультурно-оздоровительных технологий.

*Ключевые слова:* физкультура, физкультурно-оздоровительная технология, молодое поколение, физическое воспитание, здоровье, человек.

Здоровье является основой жизнедеятельности человека, активности, успеха и лет жизни. Из-за этого в наше время желание и интерес заниматься физической культурой возрастает с каждым годом все больше и больше, поэтому физическая культура стает приоритетом в жизни человека.

Оздоровительная физкультура использует все формы, средства и методы физической культуры, которые обеспечивают укрепление и сохранение здоровья, формируют оптимальный фон для жизнедеятельности человека. Задачей оздоровительной физической культуры является общее оздоровление, повышение сопротивляемости организма вредным воздействиям внешней среды, предупреждение заболеваний. Занятия оздоровительной физической культурой не ставят себе задачу достижения каких-либо спортивных результатов или лечения болезней и доступны всем практически здоровым людям.

Принцип оздоровительной направленности физического воспитания конкретизируется в физкультурно-оздоровительных технологиях, которые в наше время интенсивно развиваются.

Физкультурно-оздоровительные технологии – это способ реализации деятельности, которая направлена на достижение и поддержание физически здорового состояния и на снижение риска развития хронических заболеваний с помощью средств физической культуры и оздоровления. Это основные правила использования специальных знаний и умений, способов организации и осуществления конкретных действий, которые считаются необходимыми для выполнения физкультурно-оздоровительной деятельности студентов.

Материалы исследования составляют данные научно-методической литературы и материалы педагогического наблюдения по использованию