

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КОМПЬЮТЕРНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКЕ ДЕТЕЙ

Люди каждого нового поколения должны готовиться (развиваться) так, чтобы они могли эффективно и в достаточно короткие сроки овладеть не только той техникой, которая уже создана предшествующими поколениями, но и той, которая появится в будущем. Они должны быть подготовлены к дальнейшему развитию науки и техники. Иначе говоря, сейчас как никогда прежде обучение и воспитание подрастающего поколения должны быть ориентированы на будущее. Конечно, принцип преемственности обучения и воспитания (их ориентировки на жизнь в обществе будущего) — это общий принцип для всех времен. Но современные темпы научно-технического прогресса ни в какое сравнение не идут с теми, которые были прежде и, надо полагать, будут увеличиваться и далее.

В истории человечества выделяют три глобальные социотехнологические революции — аграрную, индустриальную и информационную. Последняя из них происходит в настоящее время и реализуется как процесс информатизации общественной жизни, внедрения современных информационных технологий. Конечным результатом информационной революции должно стать создание новой постиндустриальной, информационной цивилизации. Информатизация общества представляет собой целенаправленный процесс изменения социальной информационной среды. Цель информатизации общества состоит в повышении эффективности эксплуатации ресурсов общества путем системной компьютеризации всех этапов жизненного цикла информации — ее создания, накопления, хранения, обработки и использования. Под информационными ресурсами понимается совокупность информации как продукт деятельности населения.

В условиях радикального усложнения жизни общества, его технической и социальной инфраструктуры решающим становится отношение людей к информации. Информация становится таким же стратегическим ресурсом современного общества, каковыми были продукты питания в «аграрном» обществе или энергетические ресурсы — в «индустриальном». Различие в уровне информационного обеспечения сегодня становится одной из причин дисбаланса экономического развития передовых и слаборазвитых стран, порождает нестабильность в отношениях между странами. Современная стратегия прогресса передовых стран мира базируется на концепции всестороннего культурного, интеллектуального, профессионального и физического развития потенциала личности. При этом в реализации ее целей основное место отводится системе образования. Сегодня посредством повышения уровня образованности населения развитые страны мира получают почти половину валового национального продукта. Поэтому информатизация образования в мире в целом, и в России в частности, приобретает огромное значение. Успехи нашей страны, ее возможность выбирать и реализовывать оптимальную историческую траекторию в полной мере зависят от наличия современной образовательной и информационной сферы общества. Состояние информационной сферы в решающей мере зависит от степени образования в стране.

Одним из главных инструментов в образовании, открывающих путь в новый мир, являются современные компьютерные (информационные) технологии. Они позволяют изменить системные свойства важнейших компонент нашего бытия. Разработка стратегии использования информационных технологий в сфере образования — одна из ключевых проблем стратегического планирования, как на национальном, так и на глобальном уровне.

Быть успешным человеком можно только хорошо владея информационными технологиями. Ведь деятельность людей все в большей степени зависит от их информированности, способности эффективно использовать информацию. Для свободной ориентации в информационных потоках современный специалист любого профиля

должен уметь получать, обрабатывать и использовать информацию с помощью компьютеров, телекоммуникаций и других средств информационных технологий. Потребность общества в квалифицированных специалистах, владеющих арсеналом средств и методов информатики, превращается в ведущий фактор образовательной политики. Целостная реализация этой потребности невозможна без включения информационной компоненты в систему подготовки будущего специалиста. Это полностью относится и к тренерам-преподавателям. Ведь не секрет, что на сегодняшний день большинство из них не подготовлены к работе в условиях информатизации как профессионально, так и психологически.

Однако до настоящего времени не разработана педагогическая концепция подготовки указанных специалистов в условиях использования современных информационных технологий, требующих внесения значительных коррективов в физкультурное образование с тем, чтобы специалист в этой области имел четкое представление о том, где и с какой целью использовать возможности персонального компьютера, какие программные продукты должны это обеспечить, как работать в условиях информатизации общества. В связи с этим логично заключить, что данные требования должны найти свое отражение в квалификационных характеристиках специалистов, в требованиях государственных образовательных стандартов нового поколения.

Компьютерные технологии в спорте

Несмотря на определенные трудности, связанные с организационными, материально-техническими, научно-методическими аспектами разработки и внедрения современных информационных технологий в тренировочный процесс, они вызывают определенный интерес у ряда специалистов в области физического воспитания и спорта, так как здесь, как и в других областях, назрела необходимость перехода от традиционных форм подготовки, направленных в первую очередь на накопление определенных знаний, умений и навыков, к использованию современных компьютерных, а точнее информационно-коммуникационных, технологий, позволяющих значительно эффективнее осуществлять сбор, обработку и передачу информации, вести самостоятельную работу и самообразование, качественно изменить содержание, методы и организационные формы обучения.

1. Психолого-педагогические условия применения компьютерных технологий при спортивной подготовке

В оценках старшего школьного возраста иногда допускается известный схематизм и категоричность. Указывается на завершенность развития старшеклассников как в физическом, так и в духовном отношении, отмечается приближенность их к взрослому состоянию; стираются те противоречия, которые свойственны подростковому возрасту, подчеркивается некоторая гармония «телесного» и «духовного», установление ровного отношения с окружающими, взаимопонимание с родителями и тренерами. Переход от подростничества к юности рисуется как плавное движение к взрослости, где получение аттестата официально закрепляет эту взрослость, подтверждает гражданский статус растущего человека. Между тем анализ особенностей старшеклассников позволяет выявить психологическое своеобразие детей этого возраста, представляющего важнейший фактор для определения технологий обучения школьному предмету.

В старшем школьном возрасте устанавливается довольно прочная связь между профессиональными и учебными интересами. Если у подростка учебные интересы определяют выбор профессии, то у старших школьников наблюдается и обратное: учебная деятельность остается основным видом деятельности старшего школьника.

У старшеклассников, по сравнению с подростками, интерес к учению повышается. Это связано с тем, что складывается новая мотивационная структура учения. Ведущее

место занимают мотивы, связанные с самоопределением и подготовкой к самостоятельной жизни. Эти мотивы приобретают личностный смысл и становятся действенными. Старшеклассникам свойственно стремление стать полноценным членом общества, приносить пользу людям, Родине, особенно в информационном обществе, где каждый «работает» с электронной информацией.

Также у старшеклассников наблюдается интерес к содержанию и процессу учения. Наряду с интересом к фактам, что характерно и для подросткового возраста, у старшего школьника проявляется интерес к теоретическим проблемам, к методам научного исследования, к самостоятельной поисковой деятельности по решению сложных задач. Это во многом и определяет применение компьютерных технологий для организации проблемно-поисковой деятельности как на уроке, так и во внеурочное время.

Старшие школьники лучше осознают свое отношение к учению, причины, побуждающие их учиться. В связи с высоким уровнем самокритичности старшие школьники, анализируя условия, мешающие учиться, указывают на проявление у них таких отрицательных черт характера, как лень, безволие, неусидчивость, неумение организовать свое время и самоконтроль, настроение. То есть свое отношение к учению учащиеся связывают с присущими им индивидуальными психическими особенностями.

Говоря о познавательной деятельности старшеклассника, Л.И. Божович отмечает, что «нет ни одной интеллектуальной операции в познавательной деятельности старшего школьника, которой не было бы у подростка». В самом деле, старший школьник мыслит понятиями, пользуется различными мыслительными операциями, рассуждает, логически запоминает и т. д., хотя и в этом отношении есть сдвиги. Остановимся на некоторых наиболее существенных из них:

1. Если в подростковом возрасте еще заметен разрыв в определениях конкретных и абстрактных понятий (подростки легче справляются с определением конкретных понятий), то в старшем школьном возрасте этот разрыв сглаживается. При определении конкретных понятий подростки только в 53% случаев указывают как видовые, так и родовые признаки, в то время как старшие школьники (выпускники школ) справляются с этим в 92% случаев. При определении абстрактных понятий только 16% подростков указали на видовые и родовые признаки, в то время как среди старших школьников таких учащихся было 83%.

2. Аналогичная картина наблюдается и в развитии таких мыслительных операций, как сравнение, обобщение. Так, если подросток находит сходство и различие при сравнении конкретных понятий в 69% случаев, то старшие школьники — в 100% случаев, а при сравнении абстрактных понятий подросток соответственно в 22% случаев, а старшие школьники в 92% случаев. Важный показатель умственной деятельности — способность выделять существенное. Подростки, производя группировку предметов, делали это по существенным признакам в 44% случаев, а старшие школьники (выпускники) в 70% случаев.

3. Показателем умственного развития является также умение пользоваться рациональными приемами запоминания. Так, если подросток пользуется такими приемами, как многократное чтение и чтение и воспроизведение, то старшие школьники наряду с этими приемами использовали и такие приемы, как конспектирование и подчеркивание (27%), выделение главной мысли и сравнение с другим изученным материалом (10%), составление плана (8%).

Однако все это — количественные изменения. В чем же заключается качественное своеобразие познавательной деятельности старшего школьника Л. И. Божович указывает на изменение содержательной (о чем мыслят, что воспринимают и т. д.) и мотивационной стороны познавательной деятельности. О мотивационной стороне мы уже говорили. Как же изменяется содержательная сторона?

Если подросток хочет знать, что собой представляет то или иное явление, то старшие школьники стремятся разобраться в разных точках зрения на этот вопрос и составить собственное мнение. Старшие школьники всегда хотят установить истину. Им становится скучно, если нет интересных задач «для ума». Дать старшекласснику такие задачи—вот вопрос, который должен волновать тренера.

Старших школьников привлекает сам ход анализа, способы доказательства не меньше, чем конкретные сведения. Многим из них нравится, когда преподаватель заставляет их выбирать между разными точками зрения, требует обоснования тех или иных утверждений; они с готовностью, даже с радостью, вступают в спор и упорно защищают свою позицию.

В дискуссиях старших школьников с легкостью возникают далекие сопоставления, смелые обобщения, рождаются оригинальные идеи. Возможно, это объясняется отсутствием готовых штампов, новизной такого рода умственной работы.

Активность мысли в эти годы и своеобразная продуктивность мышления (легкость возникновения новых ходов мысли) характерным образом обнаруживаются в неожиданных, порой фантастических предположениях и «теориях».

Наиболее частое излюбленное содержание споров и душевных бесед старшеклассников — это этические, нравственные проблемы. Старшие школьники не просто влюбляются или дружат, но и обязательно хотят знать: «Что такое дружба?», «Что такое любовь?».

Старшеклассники готовы долго и горячо обсуждать, можно ли влюбиться сразу в двоих, можно ли считать принципиальным человека, который не высказывает своего мнения во время спора, может ли быть дружба между юношей и девушкой. Характерно их стремление найти истину именно в разговоре, в разъяснении понятий. Они относятся к житейским этическим понятиям так же, как к понятиям естественнонаучным: ожидают точных, однозначных ответов и не склонны мириться с расхождениями и неясностями. Искания старших школьников проникнуты порывами чувства и воли, их мышление носит страстный характер. В этом, видимо, и заключается своеобразие интеллектуальной деятельности старшего школьника.

Старший школьный возраст — это пора поисков и открытий. Старшеклассники любят исследовать и экспериментировать, творить и создавать новое, оригинальное. Они с большим интересом занимаются в различных научных обществах, в школах «юных математиков» и других юношеских объединениях.

Большинство старшеклассников высказываются в пользу активных форм деятельности: дискуссий, лабораторно-практических работ, изучения первоисточников и, конечно же, все это должно сопровождаться использованием современных компьютерных технологий.

Компьютерные технологии как часть информационных технологий формируют принципиально отличный стиль учебной деятельности, который оказывается более психологически приемлемым, комфортным, мобилизующим творческие возможности и интеллектуальный потенциал учащегося.

Применительно к практическому использованию компьютерных технологий в образовательном процессе это означает:

- тщательно отработанную мотивацию обучения не только «принудительного» характера (оценки), но и личной заинтересованности и удовлетворения тренировочным процессом;
- оценку по конечному результату, широкую свободу выбора, поощрение разумного творчества в процессе тренировок;

-индивидуальный подход к обучаемому и его адаптацию в процессе тренировок.

Технология компьютерного обучения рассматривается как обучение с учетом конечных результатов деятельности занимающегося, причем ему придается характер устойчивого, целенаправленного и эффективного процесса познания.

Использование компьютерных технологий (КТ) в обучении — разновидность процесса управления познавательной деятельностью.

При разработке тренировок с применением КТ нельзя становиться на упрощенную точку зрения, полагая, что техническое средство само управляет сложными психологическими процессами, один из которых — обучение человека. КТ — только средство и посредник между тренером и учеником, а управление познавательной деятельностью происходит только в пределах модели, избранной преподавателем для проведения тренировок в учебно-тренировочных группах.

Компьютерные технологии как технические средства обучения развиваются в рамках существующего тренировочного процесса, поэтому должны в большей или меньшей степени быть совместимыми с этим процессом, но в то же время создаваемые или созданные КТ могут активно влиять на изменения не только методики преподавания, но и целиком на всю технологию тренировочного процесса. Реализация новых видов управляющих воздействий в условиях применения КТ в значительной степени упрощается благодаря индивидуализации обучения и возможностям быстрого контроля знаний как нового материала, так и любого пройденного.

В условиях существующей организации тренировочного процесса, принятой за основу для его последовательного совершенствования и повышения качества усвоения нового материала на тренировках, нужно выделить критерии необходимости, возможности и целесообразности использования КТ.

Необходимость в КТ на тренировках в учебно-тренировочных группах возникает в том случае, когда используемые методы, способы, приемы не обеспечивают достижения поставленной педагогической цели за минимально возможное время.

Возможность применения КТ появляется в том случае, когда выполняемые тренером и спортсменом задачи могут быть в достаточной степени формализованы и адекватно воспроизведены с помощью технических средств, при условии выполнения требований по качеству достигаемого результата.

Принципиальное отличие КТ от любой другой системы обучения состоит в том, что необходима безусловная и достаточная активность управляемого субъекта. Спортсмен, получая информацию из обучающей программы, вводит новую информацию в виде ответов, вопросов и просьб о помощи.

Управление тренировочным процессом включает в себя два взаимосвязанных процесса: организацию деятельности спортсмена и контроль за этой деятельностью. Эти процессы непрерывно взаимодействуют: результат контроля влияет на содержание управляющих воздействий, т.е. на дальнейшую организацию деятельности. В свою очередь, организация определенной деятельности требует и определенной формы контроля, и конкретного способа регистрации этой деятельности. Возможны сочетания этих процессов и переходы от одного к другому.

2. Возможности использования компьютерных технологий на тренировках в учебно-тренировочных группах

Компьютерные технологии давно нашли широкое применение в тренировочном процессе современной спортивной школы. Но, несмотря на это, существующие разработки в области использования компьютерных технологий в физическом воспитании

носят, как правило, частный характер: создание баз данных спортсменов, мониторинг их физического развития и физической подготовленности, проектный метод, – и не имеют широкого распространения в школьной практике. Анализ психолого-педагогической литературы позволяет сделать вывод о том, что основными направлениями использования компьютерных технологий в физической культуре спортивной школы являются: статистический анализ и графическое изображение цифрового материала; текстовое редактирование методической и деловой документации; обучение и контроль теоретических знаний обучающихся; контроль физического развития и подготовленности занимающихся; подготовка и обработка результатов соревнований; контроль и оптимизация техники спортивных движений; контроль физической работоспособности испытуемых; создание компьютеризированных тренажерных комплексов на базе персональных компьютеров.

Функциональные возможности современных компьютерных средств значительно опережают их применение в тренировочном процессе. Разрабатывая технологию применения компьютера на тренировках, авторы руководствуются одним принципом: компьютер в обучении используется лишь тогда, когда он обеспечивает получение знаний и умений, которые невозможно или достаточно сложно сформировать при использовании традиционных технологий.

В настоящее время разработаны и внедрены в тренировочный процесс спортивных школ обучающие системы по пулевой стрельбе, гимнастике, лыжному спорту, физиологии, биомеханике, восточным единоборствам, баскетболу, программы, позволяющие проводить имитационное моделирование срочных и долговременных адаптационных процессов, протекающих в организме учащихся.

Конечно, компьютер значительно расширяет возможности предоставления информации. Применение цвета, графики, мультипликации, звука – всех современных средств видеотехники – позволяет воссоздавать реальную обстановку деятельности (например, поставить спортсмена в положение участника соревнований).

Мыслительная деятельность обучающихся на тренировках с использованием компьютера способствует быстрому усвоению теоретического материала, а получение знаний и двигательных навыков становятся интенсивнее и многообразнее.

По-другому строится и планирование тренировки: тренер специально продумывает отдельные элементы занятия, в которых используется компьютер, предусматривает интеграцию традиционных и интерактивных средств обучения, разрабатывает способы управления познавательной деятельностью спортсменов в ходе занятия.

Особое внимание обращается на:

- представление в удобной форме различных спортивных процессов, протекающих в реальности с большой скоростью (бег, прыжки и другие двигательные действия) и трудных для наглядной демонстрации на обычных уроках;
- компенсацию с помощью техники недостатка наглядных пособий на тренировке;
- использование компьютера для формирования у спортсмена правильного представления о технике двигательного действия.

В ходе всего тренировочного процесса в учебно-тренировочной группе можно выделить несколько этапов освоения обучающимися спортивно-компьютерных умений и навыков.

I этап – визуальный – предусматривает просмотр учащимися техники двигательных действий великих спортсменов, собирание пазла целостного двигательного действия из элементов. Эти упражнения способствуют развитию абстрактного, образного мышления.

Обучающиеся получают возможность составлять целостные двигательные действия из отдельных элементов, успешно переносить теоретические знания по выполнению упражнений на практику.

II этап – технический – предполагает использование видеоаппаратуры (камер, фотоаппаратов, сотовых телефонов) для съемки двигательного действия, а затем его изучение и обработку в программе «Покадровое движение». У обучающихся развиваются навыки работы с видеоаппаратурой и ПК, аналитическое мышление, ребята получают возможность детально изучить технику двигательного действия.

На III этапе – аналитическом – спортсмены учатся принимать решения на основе анализа данных, перестраивать двигательное действие в зависимости от условий (тренировка, соревнование, рельеф местности, активность сопротивления), у них формируется адекватная самооценка.

На начальных этапах занятий в спортивной школе (группы начальной подготовки) закладываются основы техники специфических двигательных действий (бросок баскетбольного мяча, нападающий удар, ведение, блокирование и подача мяча и др.), которые будут востребованы в течение всего процесса обучения. Важно, что для освоения двигательных действий необходимо с самого начала создать правильное представление о технике движений. Все то, что изучается вначале, закрепляется особенно прочно, и впоследствии не требуются усилия для какого-либо переучивания.

Применение компьютера возможно на всех этапах обучения. При изучении нового материала координируется, направляется и организуется тренировочный процесс, а сам материал «объясняет» компьютер. С помощью видеоряда, звука и текста обучающийся получает представление об изучаемом двигательном действии, учится моделировать последовательность движений, что делает тренировку более содержательной и увлекательной.

На стадии закрепления знаний компьютер позволяет решить проблему традиционного занятия – индивидуального учета знаний, а также способствует коррекции полученных умений и навыков в каждом конкретном случае.

На этапе повторения в компьютерном варианте обучающиеся решают различные проблемные ситуации. В результате в мыслительную деятельность оказываются включены все участники. Степень их самостоятельности в освоении материала регулируется тренером.

Компьютерный контроль знаний по сравнению с традиционным имеет ряд преимуществ, которые состоят в следующем:

- используется индивидуальный подход: учитывается разная скорость выполнения заданий спортсменами, упражнения дифференцируются по степени трудности;
- повышается объективность оценивания;
- фиксируется детальная картина успехов и ошибок обучающихся.

Формами контроля являются самоконтроль, взаимоконтроль, творческое применение полученных знаний на практике.

Среди множества теле- и радио-передач очень малая часть посвящена пропаганде здорового образа жизни, физическому воспитанию, физической культуре. Почему бы не предложить, учащимся самостоятельно, под руководством тренера восполнить этот пробел. Компьютер дает богатейшие возможности для реализации принципа наглядности обучения. Мультимедиа — синтез компьютерных технологий для объединения звука, информации, изображений, обеспечивает хранение больших объемов информации,

произвольный интерактивный доступ к ее элементам и воспроизведение сюжетов со звуковым сопровождением.

Вдобавок, наглядность можно использовать не только в качестве иллюстраций, но и как самостоятельный источник знаний, нужно только организовать эффективную поисковую, исследовательскую работу. Например, под руководством тренера подобрать комплекс специальных, общеукрепляющих либо адаптивных упражнений индивидуально для каждого спортсмена, а затем реализовать разработанные комплексы в виде медиапродукта: обработать иллюстрации, подобрать музыку, создать текстовое сопровождение. Продукт, созданный руками учащихся будет самым лучшим наглядным пособием.

На протяжении работы по проекту у обучающихся развиваются навыки работы с цифровой аппаратурой и опыт свободного использования информационных технологий, формируется аналитическое мышление, ребята получают возможность детально изучить и анализировать технику двигательного действия.

На протяжении всего проекта учащиеся постоянно пользуются собственными индивидуальными комплексами упражнений, продолжая мониторинг собственного физического развития, фиксируя результаты изменений показателей физического развития и физической подготовленности.

На тренировке спортсмены учатся анализировать результаты собственной деятельности, принимать решения на основе анализа данных, у них формируется адекватная самооценка. Совместная работа тренера и учащегося предполагает дальнейшее развитие и расширение представленного проекта с использованием информационных технологий в свете формирования здорового образа жизни.

Для удобства заполнения базы данных и самоконтроля учащихся я используются рабочие тетради, в которых имеется печатный материал, содержащий справочный материал, таблицы для самоконтроля, заготовки для формирования конспекта индивидуального комплекса упражнений.

Таким образом, применение информационных технологий обучения в учебно-тренировочном процессе позволяет реализовать требования теоретического и методического разделов учебных программ посредством самостоятельной внеурочной учебной работы спортсменов, сохраняя тем самым учебные часы для занятий непосредственно физическими упражнениями.

Разработка и внедрение электронных средств поддержки обучения способствуют повышению уровня тренировочной работы спортсменов.

Информационные технологии обучения обладают более высокой дидактической эффективностью по сравнению с традиционными методами и средствами поддержки обучения. При этом высокий уровень интереса обучающихся, обусловленный сначала технологической стороной использования электронных средств, способствует в дальнейшем росту интереса к содержанию теоретических и методических аспектов.

Для повышения эффективности восприятия учебного материала, связанного с двигательной деятельностью, исключительно важное значение в электронных средствах поддержки обучения имеют мультимедийные формы представления информации, сочетающие тексты с графическими иллюстрациями, и аудио-материалами.

Технология, используемая в работе по проекту, проста и доступна практически для любого человека, владеющего компьютером на уровне пользователя, и позволяет создавать электронные средства поддержки обучения высокого дидактического качества в сфере физической культуры.

Компьютерные технологии обучения на тренировках

Компьютерные технологии позволяют модифицировать тренировочный процесс и гарантируют большую эффективность в достижении результатов обучения. Использование компьютерных технологий существенно обогащает педагогические методы обучения спортсменов. Возможности компьютерных технологий (электронных учебных пособий и глобальной сети Интернет) по хранению, поиску и передаче информации позволяют решить такие задачи как: повысить информационную насыщенность тренировки, выйти за рамки тренировочного процесса, дополнить и углубить их содержание.

Рассмотрим подробнее применение компьютерных технологий в различных методах обучения в учебно-тренировочных группах.

1. Применение компьютерных технологий в различных методах обучения на тренировках в учебно-тренировочных группах

Демонстрационные материалы, которые повышают наглядность, и эффективность словесных методов в изобилии встречаются в предметных цифровых образовательных ресурсах: плакаты или слайды, плакаты-иллюстрации, плакаты-схемы, интерактивные плакаты, комплексные интерактивные таблицы. Включение таких материалов в структуру тренировки не только повысит интерес обучающихся, поскольку практически все материалы ресурсов выполнены на высоком уровне, но и сэкономит время тренера на подготовку к данному занятию. В случае, если педагог не нашел уже готовых интересующих его материалов, он может самостоятельно их создать. Для создания собственных иллюстративных материалов, таких как рисунки, схемы (например, при объяснении выполнения упражнений) можно воспользоваться графическими редакторами, текстовым процессором.

Изложение новой темы тренировки, как правило, сочетается с применением средств наглядности: в дидактике выделяют методы показа и методы демонстрации.

Метод показа включает в себя показ плакатов, схем, и пр., которые можно создавать самим с помощью компьютерных технологий, так и использовать уже существующий набор таких иллюстраций в цифровых образовательных ресурсах и сети Интернет.

Метод демонстрации включает в себя демонстрацию фильмов, видео-образцов. Видеоролики, анимации иллюстрирующие пути решения изучаемых вопросов не только не займут много времени (по продолжительности они не более 7 минут), но и могут быть остановлены в любое удобное для рассказчика время. В случае, когда словесные методы направлены на изучение существенных свойств изучаемого объекта, следует, чтобы обучающиеся имели данный объект или его модель перед глазами, что облегчит восприятие материала. Объект или его модель удобно проецировать на экран. Четкую и отвечающую всем требованиям тренера иллюстрацию просто создать в любом из графических редакторов (Paint, Photoshop, CorelDraw). Ключевые и важные моменты в объяснении целесообразно также выделить и оформить в виде отдельного изображения, слайда с привлечением таких программных продуктов как MS Word, MS Publisher, которые являются общедоступными в образовательных учреждениях.

При проведении практических занятий тренер предлагает решать конкретные прикладные задачи. Для более наглядного проведения практических занятий необходимо использовать различные фотографии, рисунки, слайды, видеоролики, которые характеризуют поставленную практическую задачу.

В случае организации индивидуального или фронтального опроса можно использовать модели объектов, созданные на компьютере, что позволит разнообразить виды вопросов. При фронтальном опросе возможно проецирование списка вопросов для

обдумывания лаконичного ответа при условии, что ответ на вопрос предполагает некоторые рассуждения.

В настоящее время созданы программы, облегчающие тренеру проведение письменного контроля: проверочные тематические работы, наборы тестов, которые проверяются мгновенно, и в которых предусмотрена возможность просмотра обучающимся уже проверенных собственных ответов. Варианты контрольных, самостоятельных работ так же удобно проецировать на экран.

2. Опыт использования компьютерных технологий на тренировках в учебно-тренировочных группах.

Анализ литературных источников показал, что часто используемые компьютерные технологии представляют собой информационные аудио- и видеопрограммы, динамические иллюстративные материалы. Применяя компьютерные технологии, тренер делает акцент на возможность их комплексного использования, т.е. на составление, нахождение или создание тематических комплексов по определенной тематике.

Компьютерные или информационные тематические комплексы могут включать методические разработки, целенаправленно созданные для конкретной задачи, или методические разработки комплексного назначения.

Рассмотрим примеры некоторых информационных тематических комплексов, разработанных для проведения учебно-тренировочного процесса в учебно-тренировочных группах.

Комплекс «Гибкость».

Информационный тематический комплекс (ИТК) содержит информационные материалы, помогающие изучению теоретических аспектов и практическому освоению технологии развития гибкости. Комплекс предназначен для использования в тренировочном и вне тренировочного процессах. В него входят:

1. Печатное учебное пособие «Технология развития гибкости».
2. Учебный видеофильм «Технология развития гибкости».

Рис. 1. Принципиальная схема перманентного совершенствования тренировочного процесса с помощью ЭВМ

Печатное учебное пособие «Технология развития гибкости» позволяет изучать теоретические материалы по терминологии, строению и особенностям функционирования суставов, проведению контроля и самоконтроля за уровнем развития гибкости, регулированию физической нагрузки. В нем представлен также иллюстрированный комплекс упражнений по развитию гибкости. Непосредственным продолжением этого пособия служит учебный видеофильм. В фильме показывается и рассказывается о последовательности подбора упражнений для развития гибкости, особое внимание обращено на достаточно сложные в методическом плане упражнения, в зависимости от вида упражнения подобрано число исполнителей (от одного до четырех).

Комплекс «Атлетическая подготовка».

ИТК содержит следующие разработки по использованию атлетической подготовки в тренировочном и вне тренировочного процессах:

1. Печатные методические рекомендации: «Организация и методика проведения занятий физическими упражнениями с использованием тренажерных средств», «Методика занятий атлетизмом».
2. Учебный видеофильм «Тренировка в тренажерном зале».

3. Обучающая компьютерная программа (КП) «Атлет».

В печатных материалах рассматриваются проблемы организации занятий с применением тренажеров; приведены общие положения методики развития силы с описанием наиболее распространенных методов тренировки и регламентацией подходов, повторений, отдыха и темпа выполнения; описана методика контроля и самоконтроля на занятиях по атлетической подготовке.

Основной и связующей разработкой в данном тематическом комплексе является обучающая КП «Атлет». Она, по сути, служит компьютерным самоучителем по атлетической подготовке спортсменов, в нее вошли и теоретические разделы, и методические указания по выполнению, как отдельных упражнений, так и учебного процесса в целом от одного занятия до нескольких лет подготовки.

Дополнением всего тематического комплекса служит учебный видеофильм «Тренировка в тренажерном зале». В нем показаны особенности работы на типичных тренажерах, практически развивающих все группы мышц, по ходу фильма рассказывается о методических особенностях проведения учебных занятий.

Комплекс «Аэробика, шейпинг»

При реализации принципов гуманизации и гуманитаризации в педагогическом процессе по физическому воспитанию учащихся особое внимание обращено на естественный интерес старшеклассниц ко всему, что касается их фигуры, особенностей телосложения, осанки и этот раздел дисциплины «физическая культура» (для многих из них — один из важнейших). На этом интересе, точнее на его обеспечении, возможно предложить ИТК «Аэробика, шейпинг», куда следует включить четыре разработки:

1. Печатное учебное пособие «Учись моделировать свою фигуру».
2. КП «Мини-шейпинг».
3. КП «Грация».
4. КП «Грация – соревнование».

Печатное учебное пособие «Учись моделировать свою фигуру» должно содержать основу теоретических знаний, необходимых для организации занятий со старшеклассниками шейпингом в рамках учебных, внеучебных и самостоятельных занятий. Пособие может включать разделы по компьютерному моделированию, питанию, контролю, комплексы упражнений.

Специально для использования в учебном процессе создается КП «Мини-шейпинг», позволяющая решать четыре основные задачи:

- 1- образовательное начало, стимулирует занимающихся к дальнейшему самостоятельному знакомству с различными методическими материалами по данному вопросу.
- 2- определение индивидуального диапазона норм по проводимым измерениям (вес, окружности, диаметры, показатели состава тела, физической подготовленности и др.).
- 3- приобретение знаний и умений проводить измерительные процедуры и соотносить полученные данные с модельными значениями.
- 4- определение для каждого занимающегося реальных задач по коррекции фигуры и физической подготовленности на ближайшие 3-4 месяца.

Одна из главных методических задач использования КТ в учебно-тренировочных группах — предоставление занимающемуся максимальных возможностей в освоении учебного материала с учетом его индивидуальных особенностей и наклонностей.

Так, обучающая компьютерная программа «Атлет» разработана по принципу сетевого представления материала (система гипертекста).

Программа не имеет модели данных, которая бы служила каркасом для хранения информации, т.е. отсутствует жесткий алгоритм прокручивания текста. Ученик или учитель, работая с этой программой, устанавливает те связи, ту последовательность, которую считает необходимой, что позволяет максимально использовать индивидуальный подход в обучении. Программа разработана по 4 уровням, что облегчает ориентацию при работе с нею, но в то же время позволяет обучаемому выбрать желаемый лично для него уровень получения знаний.

Программа включает как плоскостную мультипликацию (рис. 2), так и экраны с роликами видеомультипликации.



Рис. 2. Экран КП «Атлет», раздел – мышцы.

Оценка усвоения теоретического материала позволяет занимающемуся или тренеру выявить степень усвоения полученных знаний по курсу «Атлетическая подготовка» в процентах (за 100% взято отсутствие ошибок при ответах на контрольные вопросы).

В разделе «Рекомендуемая литература» учащийся, выбрав интересующее его издание, может прочитать аннотацию и познакомиться с оглавлением выбранной книги.

Компьютерная программа «Техника метания гранаты»

КП «Техника метания гранаты» направлена на детальное изучение особенностей метания гранаты с колена и позволяет с любой скоростью просматривать с трех различных сторон выполнение данного спортивного движения (рис. 3).



Рис. 3. Экран КП «Техника метания гранаты»

Такой тип демонстрации техники движения выгодно отличается от видеосъемки тем, что устранены все второстепенные объекты и при выполнении движения внимание сосредоточено на главных элементах.

КП позволяет быстро и качественно проводить соревнования. Организация и проведение мини-соревнований, безусловно, хороший стимул для регулярного посещения занятий, проведения самостоятельных занятий, оптимизации режима питания, труда и отдыха.

Применение компьютерных технологий на тренировках не исчерпывается возможностью создания информационных тематических комплексов, содержащих элементы использования различных информационных технологий. Наиболее распространённым является создание тренировок – презентаций по предмету.

Урок-презентация представляет собой сочетание компьютерной анимации, графики, видео, музыки и звукового ряда, которые организованы в единую среду. Отличительной особенностью урока-презентации является его интерактивность, то есть создаваемая для учащегося современными компьютерными средствами возможность взаимодействия с изображением.

Заключение

Современная система образования направлена на формирование высокообразованной, интеллектуально развитой личности с целостным представлением картины мира, с пониманием глубины связей явлений и процессов, представляющих данную картину. Новый этап развития компьютерной техники и её применение в тренировочном процессе характеризуется широчайшим использованием современных компьютерных технологий при создании обучающих программ. Появилось множество программных продуктов на лазерных дисках, созданных на базе мультимедийных, офисных и интернет-технологий. Также широко используются технологии создания графических изображений, анимация и системы программирования.

Новое время требует новых подходов в образовании, новых технологий, в том числе и компьютерных. Действительно, использование компьютерных технологий на тренировках дает возможность воздействовать на три канала восприятия человека: визуальный, аудиальный, кинестетический, а значит, способствует эффективному усвоению учебного материала. Увеличивается объем материала за счет экономии

времени. Расширяются возможности применения дифференцированного подхода в обучении, осуществляются меж предметные связи. Но, пожалуй, самое главное преимущество их использования на занятиях – повышение мотивации обучения, создание положительного настроения, активизация самостоятельной деятельности спортсменов.

Безусловно, компьютер не заменит тренера, поэтому он рассчитан на использование в комплексе с другими имеющимися методическими средствами. Естественно, что использование современной техники на каждом занятии нереально, да это и не нужно. Умелое использование компьютерных технологий на тренировках не только повышает их эффективность, но, в первую очередь, способствует повышению познавательных потребностей учеников. Каждый тренер в состоянии распланировать свои уроки таким образом, чтобы использование компьютерной поддержки было наиболее продуктивным, уместным и интересным для обучающихся.

Анализ учебно-методической и психолого-педагогической литературы по теме исследования позволяет сделать вывод о том, что на тренировках в учебно-тренировочных группах предоставляются большие возможности использования компьютерных технологий. В зависимости от цели урока компьютер можно использовать на всех этапах обучения: при объяснении нового материала, закреплении, повторении, контроле знаний, умений, навыков. При этом для спортсмена он выполняет различные функции: тренера, рабочего инструмента, объекта обучения, игровой средой.

Методически оправданное использование компьютерных технологий в сочетании с традиционными формами организации учебной деятельности позволяет развивать познавательные навыки исследовательской деятельности, творческие способности, сформировать умение работать с информацией, развивать коммуникативные способности, создать благоприятный психологический климат на уроках.

Познакомившись со статьями, разработками, можно сделать вывод о том, что возможность эффективного использования компьютерных технологий на тренировках в учебно-тренировочных группах объясняется следующими факторами:

- доступ к наиболее актуальной информации, которая, как правило, не содержится в традиционных бумажных изданиях, включая новейшие учебные пособия, рекомендации и дополнительные материалы к проведению практических занятий;
- умение принимать решения на основе анализа данных, перестраивать двигательное действие в зависимости от условий (тренировка, соревнование, рельеф местности, активность сопротивления), формируется адекватная самооценка;
- автоматизируется большой объем рутинной работы преподавателя по формированию индивидуальных заданий;
- компьютерные технологии позволяют выстроить более качественную диагностику уровня усвоения учебного материала, так как различные тестовые системы и оболочки позволяют индивидуализировать процесс оценки знаний занимающихся, развивать способность к самооценке;
- применение компьютерных технологий на тренировках в учебно-тренировочных группах стимулирует познавательный интерес к этому предмету.

Список использованной литературы

1. Барчуков И.С., Нестеров А.А. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика / И.С.Барчуков, А.А.Нестеров. — М.: Academia, 2009.- 528 с.
2. Васильков А.А. Теория и методика спорта / А.А.Васильков. – М.: Феникс, 2008. – 379 с.
3. Волков В.Ю. Компьютерные технологии в образовательном процессе по физической культуре /Матер. всерос. науч.-практ. конф. СПб., 2000.
4. Волков В.Ю., Волкова Л.М. Компьютерный дистанционный курс по дисциплине «Физическая культура» /Матер. всерос. науч.-практ. конф. СПб., 2000.
5. Горбунов Г. Д., Гогунев Е. Н. Психология физической культуры и спорта / Г. Д.Горбунов, Е. Н. Гогунев. – М.: Academia, 2009.- 256 с.
6. Жбанков О.В., Соловьев Е.В. Информационно-методическая система как средство индивидуализации процесса физического воспитания в вузе // Теор. и практ. физ. культ. 1995, № 6.
7. Захарова И.Г. Информационные технологии в образовании / И.Г. Захарова. — 4-е изд., стер. — М.: 2008. — 192 с.
8. Информатизация общего среднего образования: Науч.-метод. пособие /под ред. Д. Ш. Матроса. – М.: Педагогическое общество России, 2004.
9. Кайнова Э. Б. Общая педагогика физической культуры и спорта/. — Изд-ва: Форум, 2007. – 208 с.
10. Неверкович С.Д., Баймурзин А.Р. Педагогика физической культуры и спорта / Т.В.Аронова. – М.: Academia, 2010.- 336 с.
11. Попов Г.И. Информационные технологии в образовании в отрасли физической культуры и спорта / Г.И. Попов // Вестник учебных заведений физической культуры. — 2004. — N 1(2). — С. 22-23.
12. Самсонова А.В. Использование информационных технологий в физической культуре и спорте / Самсонова А.В., Козлов И.М., Таймазов В.А. // Теория и практика физ. культуры. — 1999. — N 9. — С. 22-26.
13. Селиванова Т.Г. Информационные технологии в образовании / Селиванова Т.Г. // Современный олимпийский спорт и спорт для всех : 7 Междунар. науч. конгр. : Материалы конф., 24-27 мая 2003 г. — М., 2003. — Т. 3. — С. 332-333.
14. Фураев А.Н. К вопросу о компьютеризации анализа выполнения спортивных упражнений / Фураев А.Н. // Теория и практика физ. культуры. — 1996. — N 11. — С. 50-52.

«Методологические основы применения средств информационно – компьютерных технологий на тренировках в учебно-тренировочных группах».

АКТУАЛЬНОСТЬ ТЕМЫ

«Прежде, чем сделать ребёнка умным

и сообразительным – сделайте его здоровым» Руссо.

Важнейшим условием повышения эффективности массовых форм организованного физического воспитания является интенсивная разработка наукоемких технологий тренировочного процесса по предмету «физическая культура» в образовательных учреждениях.

В контексте обеспечения качества учебно-тренировочного и воспитательного процесса она определяется:

1. - масштабами использования в нем достижений педагогической и психологической науки и смежных областей знания в области культуры управления процессом развития кинезиологического потенциала обучающегося с опорой на фундаментальные закономерности его возрастной эволюции для реализации здоровья — формирующей функции массового физического воспитания;
2. - оперативностью освоения тренерами передовых методов формирования физической и спортивной культуры личности обучающегося, овладения им ценностями здорового стиля жизни;
3. - уровнем оснащённости мест занятий диагностическим оборудованием и использованием on line мониторинга психофизиологического состояния организма обучающихся при физических нагрузках на тренировках, в том числе и в формате технологий спортивно ориентированного физического воспитания;
4. - уровнем содержания мероприятий по медико-биологическому контролю за состоянием здоровья обучающихся, педагогической, социально психологической и культурологической оценке их поведения и организации соответствующих коррекционных воздействий.

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ — показать эффективность применения информационно – компьютерных технологий на тренировках в учебно-тренировочных группах.

ОБЪЕКТ ПРОГРАММЫ: тренировочный процесс в учебно-тренировочных группах.

ПРЕДМЕТ ПРОГРАММЫ: содержание, технические средства, методика применения информационно – компьютерных технологий на тренировках.

ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:

«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнедеятельности, детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы...» В.А.Сухомлинский

1. Установить современное состояние вопроса применения информационно – компьютерных технологий на тренировках.
2. Определить основные принципы в организации и проведении тренировок с применением информационно – компьютерных технологий.
3. Определить основные средства и методы применения информационно – компьютерных технологий на тренировках.
4. Обосновать эффективность выявленной методики применения информационно – компьютерных технологий на тренировках.
5. Разработать методические рекомендации для применения программы.

1. СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ ВОПРОСА ПРИМЕНЕНИЯ ИНФОРМАЦИОННО – КОМПЬЮТЕРНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ В СПОРТИВНЫХ ШКОЛАХ.

В настоящее время в процесс обучения внедряется все большее количество новых методов обучения. Только за последние три года в сети Интернета было представлено более 500 работ по применению информационно – компьютерных технологий в учебном процессе. К сожалению, в основном, эти технологии охватывают учебный процесс ВУЗов по гуманитарным предметам. Применение же средств ИКТ на тренировках составляет примерно 5-7% от изданных работ. Среди применяемых, наиболее распространенными — являются методы с использованием информационно — компьютерных технологий, в

частности мультимедийных технологий, среди которых в первую очередь необходимо выделить видеокomпьютерную циклографию, а так же мультимедиа-учебники на DVD-R (RW) которые начали применяться в процессе обучения последние 2-3 года.

Так, среди мультимедиа-учебников наибольшее количество разработок можно выделить в следующих областях: мультимедиа-учебники по различным предметам, а так же большое количество энциклопедических словарей и справочников.

В сфере физической культуры мультимедиа-учебники представлены единичными экземплярами: «История Олимпизма», а так же порядка 10 CD-ROM по фитнесу и аэробике — не все высокого уровня информативности.

В связи с чем, передо мной стал вопрос: разработать и внедрить в тренировочный процесс спортивной школы мультимедиа-учебники позволяющие усовершенствовать тренировочный процесс. И первое, что было сделано в этом направлении — это энциклопедический справочник — «В помощь тренеру-преподавателю» в который было включены все разработки за последние годы:

1. Программные и нормативные документы;
2. Методические пособия, как написанные мной, так и изданные другими авторами в наиболее читаемых изданиях;
3. Календарно — тематическое планирование и примерные конспекты тренировок по различной тематике;
4. Модифицированные программы с углубленным изучением предмета;
5. Вся документация по обеспечению судейства спортивных соревнований, карточки, протоколы, наградные листы, заявки и многое, многое другое;
6. Образцы документов для работы по оформлению и написанию справок, выписок, аттестационных и конкурсных заявок;
7. Образцы экзаменационных билетов, конкурсных и олимпиадных заданий, материалов для проведения викторин, тематических вечеров;
8. Формы для проведения различного вида тестовых заданий;
9. Образцы написания характеристик, отчетов и многое, многое другое, всего более 250 файлов.

Следующим шагом было создание мультимедиа учебников по программе. Мультимедиа-технология — позволяет представлять пользователю на экране монитора возможность отображения фото и видео кадров наряду с текстовой, графической, звуковой и цифровой информацией, обеспечивая ведение интерактивного диалога пользователя с системой. Изучение использования мультимедиа-учебников, позволило сделать вывод, что использование данной технологии в сфере учебно-тренировочного процесса приведет к следующим положительным сдвигам:

- во много раз увеличит скорость и количество усваиваемого материала.
- использование видеоматериалов в сочетании со звуковым оформлением, позволит более объективно рассматривать технические особенности спорта.
- наличие на мультимедиа-учебниках вопросника по разделам, позволит объективно оценивать уровень знаний каждого обучающегося.
- наряду с прикладным значением мультимедиа-технологий, они позволяют гораздо эффективнее (и, в конечном счете, дешевле) решать ряд наболевших проблем современной общественной жизни, используя формы дистанционного обучения.
- использование возможностей, предоставляемой сетью «Интернет», позволяет занимающимся проводить самостоятельные занятия по некоторым разделам программы, иметь возможность доступа к видеофайлам, размещенным на сайте спортивной школы.

На данный момент проделана такая работа:

1. В спортивном спортивной школе установлено следующее оборудование:

- Компьютер (Pentium III), в полной конфигурации, а также современный Video Blaster, способный воспроизводить на экране монитора видеоизображения и фотографии с видеокамеры и фотоаппарата, а так же позволяющего обрабатывать необходимый материал.
- Мультимедийный проектор.
- Плазменный телевизор с диагональю 50 дюймов.
- Видеокамера.
- Планшетный сканер.
- Лазерный принтер.
- Хорошая акустическая система, усилитель, микрофон.
- DVD – пишущий плеер с жестким диском 150gb.

1. Собран достаточно большой объем необходимого материала в электронном виде. Большая часть отобранного материала вошла в диск «В помощь тренеру-преподавателю» о котором я уже рассказывала.
2. Накоплен в достаточно большом количестве видеоматериал по различным видам спорта, входящим в школьную программу, необходимый для изучения и освоения элементов техники, изучаемых видов спорта.
3. В настоящее время завершен видеомонтаж фильмов по истории Олимпийских игр (более 20 полнометражных фильмов); а также по темам: «Спорт и политика»; «Звезды зарубежного спорта»; «Спорт и личность».
4. Создан банк видеоуроков лучших учителей, к сожалению пока не полный. Но постоянно он пополняется.

2. ОСНОВЫ ОРГАНИЗАЦИИ ТРЕНИРОВОК В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ГРУППАХ С ПРИМЕНЕНИЕМ ИНФОРМАЦИОННО – КОМПЬЮТЕРНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ.

Разберем теперь такой вопрос: каким должна быть современная тренировка? Моя задача- как тренера - состоит в том, чтобы создать условия для включения ребенка в процесс обучения и найти методы, адекватные его психофизиологическим особенностям, способствующие формированию позитивного мышления, раскрытию его креативности. Только тогда в полной мере может быть реализована идея полноценного образования и здоровьесбережения всех участников тренировочного процесса. Методологической основой этого является концепция целостного педагогического сознания, принципов информатизационного взаимодействия, а инструментарий дают современные гуманистические педтехники и педтехнологии. Вся сложность тренировочного процесса заключается в том, что, кроме передачи обучающимся определенной суммы знаний, мы должны привить ему определенные умения и навыки.

Кроме того решаю такие задачи:

1. Проведение сравнительного анализа состояния здоровья, режима дня, тренировочного процесса в тех группах, с которыми я работаю.
2. Формирование осознанной потребности занимающихся в здоровом образе жизни.
3. Педагогическая и психологическая поддержка процесса социализации обучающихся.
4. Повышение физической и санитарно-гигиенической культуры обучающихся.

5. Предупреждение (профилактика) как внутренних, так и внешних причин неуспеваемости обучающихся, развитие мотивации к обучению.
6. Создать методическую копилку по здоровьесберегающим технологиям. С перспективой в дальнейшем — более глубокой разработки данной темы с применением ИКТ.
7. Выступить по теме «Здоровьесберегающие технологии в практике учебно-воспитательного процесса спортивной школы» на педагогическом совете школы.

Общепринято, что здоровье спортсмена в норме, если:

1. в физическом плане – здоровье позволяет ему справляться с тренировочной нагрузкой, ребёнок умеет преодолевать усталость;
2. в социальном плане – он коммуникабелен, общителен;
3. в эмоциональном плане – ребёнок уравновешен, способен удивляться и восхищаться;
4. в интеллектуальном плане – обучающихся проявляет хорошие умственные способности, наблюдательность, воображение, самообучаемость;
5. в нравственном плане – он признаёт основные общечеловеческие ценности.

Основной формой проведения занятий с применением ИКТ являются групповые занятия. Это позволяет тренеру увеличить двигательную плотность тренировки, использовать фронтальный метод, осуществлять контроль за выполнением, корректировать действия спортсменов, исправлять ошибки, распределять занимающихся согласно их физической подготовки, уровню развития качеств и функционального состояния. Для проведения тренировок с применением ИКТ необходима тщательная подготовка мест занятий, проверка всех соединений на компьютере, мониторе, видеокамере и другой технике, ибо в случае, какой либо поломки нарушается вся стройная система проведения занятия. Отсюда и высокие требования к подготовке тренера и его совершенные знания применяемой аппаратуры. Характер применяемых упражнений и техника их выполнения, при использовании фронтального группового метода, должны быть предварительно хорошо изучены занимающимися и не вызывать большой сложности.

3. ОСНОВНЫЕ СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ПРИМЕНЕНИЯ ИНФОРМАЦИОННО — КОМПЬЮТЕРНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ НА ТРЕНИРОВКАХ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ГРУППАХ.

Остановимся более подробно на том, что необходимо иметь тренеру в спортивном зале (основываясь на собственном опыте):

1. Компьютер (лучше ноутбук).
2. Мультимедиапроектор или широкоформатный телевизор.
3. Видеокамера.
4. DVD – проигрыватель (плеер).
5. МФУ.
6. Усилитель.
7. Колонки.
8. Экран.

Компьютер.

1. Работа с текстовыми файлами в программе «Офис».

1. Календарно – тематическое планирование.
2. Годовое планирование учебного процесса и тренировочных занятий.
3. Планы работ по четвертям и поурочное планирование.
4. Все виды текстовых документов: справки, заявки, отчеты, афиши, объявления, поздравления, протоколы соревнований, сдачи контрольных нормативов и т.д.

2. Работа с таблицами в программе «Эксель»

Возможность использования электронных таблиц и работа с ними при проведении соревнований различного уровня с большим количеством участников, быстрое подведение итогов соревнований, мгновенное определение командного первенства и многое другое

3.Обработка аудио файлов в программе «Sound Forge» или аналоге.

1. Создание аудио – заставок и рекламных пауз при проведении спортивно – массовых мероприятий.
2. Написание музыки с использованием музыкальных сэмплов для.
3. Озвучивание видеоприложений.

4. Обработка видеофайлов в программе «Adobe Premiere» или аналоге.

1. Запись и обработка видеоматериала с использованием компьютера, создания визуальных эффектов и анимированной графики, редактирование имеющегося материала, создание видеоуроков.

5.Уникальный способ накопления информации, создание собственной электронной библиотеки.

1. Быстрый и легкий способ поиска информации через систему интернета.
2. Компактный способ хранения информации, быстрый поиск необходимого материала.
3. Создание личных дел спортсменов с видеокопиями различных необходимых документов (паспортов, свидетельств о рождении и др. документов, постоянно необходимых для предъявления на мандатной комиссии соревнований).

Мультимедиапроектор или широкоформатный телевизор.

Мультимедиапроектор — очень хороший вариант, при условии возможности изменения освещенности в зале, но становится бесполезной вещью в залах с высокой степенью освещенности. Но плазменный телевизор с экраном свыше 106 см, установленный в проеме окна и, защищенный капроновой сеткой, от попадания мяча, имеющий возможность подключение одновременно видеокамеры, DVD проигрывателя и компьютера— идеальный вариант для вашего зала.

1. Показ графических таблиц и текстовых материалов.
2. Видеопоказ приложений, видеокольцовок, видеороликов на тренировках, спортивных праздниках, спортивных вечерах.
3. Показ видеозаписи, непосредственно снятой во время тренировки, с целью получения спортсменами срочной информации для исправления ошибок.
4. Возможность использования как электронное табло при проведении соревнований.

Видеокамера.

1. Запись видеоматериала для создания видео – урока.
2. Запись видеоматериала для срочной и опосредованной информации при изучении техники видов.
3. Воспроизведение имеющегося материала на экран.

DVD – плеер.

1. Просмотр и показ видеоматериалов через мультимедийный проектор или плазменный телевизор (возможность покадрового и замедленного показа).

2. Возможность сохранения достаточно большого количества видеоматериала на жестком диске (последние модели пишущих плееров имеют жесткий диск до 250 gb.)
3. Благодаря удачному интерфейсу у этих моделей, поиск необходимого видеоматериала занимает считанные секунды, что немаловажно при проведении урока.
4. Возможность записи телевизионных программ непосредственно с кабеля антенны или сети.

МФУ — МНОГОФУНКЦИОНАЛЬНАЯ УСТАНОВКА.

1. СКАНЕР: сканирование текстов, фотографий, рисунков, схем и сохранение их в электронном виде.
2. КОПИР: копирование любого документа, протоколов соревнований и др.
3. ПРИНТЕР: распечатка любых материалов, текстов, фотографий и др.

Подводя итоги, можно утверждать, что внедрение новых информационных технологий в современный тренировочный процесс в условиях развитого информационного общества требует создания соответствующей технологии создания, хранения и передачи информации. Это, в свою очередь, вызывает необходимость исследования характеристик, специфических для педагогической информации, обеспечивающих ее дидактическую эффективность. Одновременно надо найти принципы классификации педагогической информации по ее физическим характеристикам, с целью разработки для каждого класса оптимальных вариантов сжатия и хранения.

4 ОСОБЕННОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ИНФОРМАЦИОННО — КОМПЬЮТЕРНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ НА ТРЕНИРОВКАХ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ГРУППАХ.

Широкое применение компьютерных технологий в тренировочном процессе все чаще сопровождается применением разнообразных мультимедийных средств. Мультимедиа определяется как компьютерная система, сочетающая аудио- и видео компоненты для создания интерактивного приложения, использующего текст, звук и графику. С точки зрения педагогики мультимедиа представляет собой дидактическое компьютерное средство, которое, предъявляя содержание учебного материала в эстетически организованной интерактивной форме с помощью двух модальностей (звуковой и визуальной), обеспечивает эффективную реализацию основных дидактических принципов. Это интерактивная система, обеспечивающая работу не только с текстами и неподвижными изображениями, но и с движущимся, видео — анимационной компьютерной графикой, речью и высококачественным звуком. К мультимедийным функциям относятся также цифровая фильтрация и масштабирование видео, его сжатие, ускорение операций, связанных с трехмерной графикой, вывод телевизионного сигнала на монитор. Важнейшая дидактическая закономерность обучения — наглядность. Современный компьютер может существенно повысить наглядность путем использования трехмерной графики, звука, мультимедиа, соответствующих интерфейсов — прямого манипулирования и интеллектуального, но все эти средства предъявляют высокие требования программно — аппаратным средствам, практически не реализуемым в силу экономических причин.

Таким образом, тренировка с применением ИКТ:

1. делает занятия более интересными и развивает мотивацию к обучению;
2. позволяет спортсменам понимать более сложные идеи в результате более ясной, эффективной и динамичной подачи материала;
3. предоставляет больше возможностей для развития личных и социальных навыков;
4. позволяет обращаться к всевозможным электронным ресурсам, приспосабливаясь к своим потребностям;

5. учит спортсменов работать более творчески и становиться более уверенными в себе.

Значительная часть современных проблем, отражающих сложность ситуации в системе образования и требующих скорейшего разрешения, так или иначе, связаны со здоровьем спортсменов, с уровнем развития культуры здоровья не только обучающихся, но и педагогов.

Здоровьесбережение не может выступать в качестве основной и единственной цели тренировочного процесса, а только в качестве условия, одной из задач достижения главной цели. Каждая тренировка должна быть приятной для ребенка, поэтому при проведении любой тренировки я, как тренер, всегда помню заповедь здоровьесберегающей технологии: «Не навреди!».

Я понимаю, что именно тренер может сделать для здоровья спортсмена гораздо больше, чем врач. Тренер должен овладевать психолого-педагогическими технологиями, чтобы построить тренировку так, чтобы не наносить ущерба здоровью занимающихся. Я стараюсь интегрировать свои усилия в общую программу работы спортивной школы.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

«Детей надо учить тому, что пригодится им, когда они вырастут».

(Аристипп V-IV век до н.э.)

1. Применение ИКТ должно носить четко направленный характер, исходя из задач данного периода обучения.
2. Подбор средств нужно производить из возможностей материальной базы спортивной школы и наличия различного инвентаря.
3. Использование различных методов ИКТ значительно обогатит Ваш арсенал применяемых средств.
4. Применение средств ИКТ для занимающихся в учебно-тренировочных группах должно носить игровой характер с максимальным разнообразием применяемых средств.
5. Дозировать нагрузку умерено, в соответствии с тренерско-педагогическими принципами обучения.
6. Внимательно подбирать средства и методы обучения с использованием ИКТ для совершенствования техники соответствующего вида спорта.
7. Упражнения включаемые в тренировочный процесс должны быть хорошо изученными и не искажать техники их выполнения.

Основная цель любой программы – достичь планируемого результата с максимальной эффективностью и быстротой. Данная программа прошла апробацию в рамках нашей спортивной школы и получила высокую оценку тренеров-преподавателей.