**Лабораторное занятие 13**

***Мультимедийные технологии в физической культуре и спорте***

Современный урок не мыслим без использования информационно-коммуникационных технологий, они тем или иным образом вплетаются в структуру урока, дополняя урок иллюстративностью, интерактивностью, современностью, тем самым повышая качество обучения, мотивацию учащихся, успешность учебно-воспитательного процесса.

На различных Интернет-ресурсах учителя объединяются в сетевые сообщества учителей химии, математики, биологии и многих других дисциплин, объединяются и учителя физической культуры, однако направленность рекомендуемых материалов чаще всего представлена в виде презентаций, тестовых заданий, методических разработок, календарных план-графиков и конспектов уроков.

Несомненно, все это нужно и необходимо для организации учебных занятий. Но только ли этим может ограничиться урок физической культуры?

Одна из основных задач урока физической культуры — это обучение двигательным навыкам в области различных видов спортивной деятельности, развитие физических качеств учащихся. Так, например, для формирования любого навыка в процессе дидактического взаимодействия учитель передает учащимся учебную информацию вербального (словесного) и визуального (зрительного) характера, которая дополняется кинестетической информацией, получаемой занимающимися по каналам обратной связи.

При обучении технике броска в баскетболе учитель объясняет содержание и последовательность движений, из которых состоит изучаемое двигательное действие. После этого он показывает бросок в целом, по частям или в иной последовательности в зависимости от конкретной ситуации на уроке физической культуры. Действия учителя во взаимосвязи с характером учебной деятельности учащихся обусловливают возникновение у учащихся зрительного, логического и кинестетического образов.

В ходе взаимодействия учителя и учащихся эти образы способствуют формированию представления об изучаемом двигательном действии. В последующей совместной работе педагога и учащихся на базе представления формируется двигательное умение как способность выполнить двигательное действие (решить двигательную задачу) с концентрацией внимания учащихся на главных (основных) движениях, входящих в структуру изучаемого двигательного действия.

В дальнейшем при целенаправленной совместной учебной деятельности педагога и учащихся данное умение трансформируется в двигательный навык, соответствующий основе типовой техники изучаемого физического упражнения.

В процессе многократного повторного выполнения изучаемого двигательного действия или его элементов отдельные, вначале как бы изолированные друг от друга двигательные навыки, в совокупности могут быть преобразованы в двигательное умение высшего порядка, например в умение играть (в спортивных и подвижных играх), бороться, самостоятельно заниматься физической культурой, эффективно выполнять в соревновательных и иных условиях изученные упражнения. Двигательные действия должны быть усвоены до уровня двигательного навыка. В процессе занятий физическими упражнениями они доводятся до умения использовать их самостоятельно.

Сформированность такого умения — один из критериев общего среднего физкультурного образования учащихся [4;84]. Таким образом, учебно-воспитательный процесс по предмету «Физическая культура» базируется на достижениях физиологии человека, общей и педагогической психологии, психологии физического воспитания и педагогики, тем самым, определяя структуру обучения.

Как сформировать представление об изучаемом способе двигательного действия? Наиболее часто на уроках физической культуры учителя используют собственный показ или показ упражнения наиболее подготовленным учеником, менее — с использованием мультимедийных технологий (например, видеофрагмент).

Сравним плюсы и минусы каждого из способов.

Собственный показ — естественное преимущество это способа, что он «всегда под рукой», и в случае великолепного исполнения поднимает авторитет учителя, тогда в этом случае учителю необходимо быть универсальным атлетом: знать технику исполнения гимнастических элементов мужского и женского многоборий, технику баскетбола, волейбола, футбола, плавания, легкой атлетики, лыжного спорта, то есть быть универсалом, а много ли таких учителей? А если учитель женщина? А если учитель уже не в лучшей спортивной форме как в молодые годы после ВУЗа?

Выполнение упражнения без разминки со стороны учителя — микротравма или травма. И в этих случаях легко оконфузится в глазах учеников, а вот вернуть авторитет трудно.

При использовании видеофрагмента, конечно, есть проблемы — наличие мультимедийного оборудования и его размещение в спортзале, но есть и преимущества:

1. качественный показ любого упражнения,

2. нет необходимости учителю без разминки показывать упражнения сложнокоординационного характера,

3. замедленное воспроизведение,

4. повтор,

5. сопровождение показа рассказом и пояснениями,

6. акцентирование внимания на нужных сторонах движения в соответствии с этапом обучения и многое другое.

В процессе дальнейшего обучения и совершенствования техники движения использование мультимедийных технологий для контроля и самоконтроля так же необходимо.

Осуществляя видеосъемку выполнения упражнений учащимися, мы можем легко при просмотре указать на общие ошибки конкретного класса, группы занимающихся, детализировать индивидуальные ошибки в технике выполнения упражнений тем самым подтверждая народную мудрость «Лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать». 60% информации мы получаем через зрение, и этим мы даем возможность ученикам увидеть себя со стороны, сравнить свои действия с эталоном.

Тем более, что сейчас каждый учитель и ученик имеет мобильный телефон с функцией видеозаписи и возможностью подключения телефона к компьютеру.

Часто бывает, что на уроках физкультуры присутствуют освобожденные после болезни дети, поэтому полномочия по видеозаписи, фотосъемке под руководством учителя можно делегировать им, и еще, здесь как никогда могут пригодиться тестовые задания с использованием компьютерных программ на проверку ранее изученного материала в области физической культуры, закаливания, гигиены, техники безопасности.

Использование графических планшетов позволяет оптимизировать процесс обучения тактическим действиям, рассматривать примеры индивидуальной, групповой и командной тактики, пояснять методику и организацию судейства спортивных игр, взаимодействие судей и их перемещение на площадке.

Таким образом, в консервативный процесс обучения физической культуре необходимо все больше вводить средства мультимедийных технологий, естественно это зависит от учителя, его подготовки и уровня владения информационно-коммуникационными технологиями, но мы сейчас обращаемся к молодым специалистам, недавно пришедшим в школу, и к творческим учителям.

Формированием базы ИКТ технологий никогда не поздно заниматься, и в этом помогут профессиональные объединения учителей такие как «Сеть творческих учителей», сетевые педагогические сообщества «Наш портал», «Молодой специалист».

Однако формированием банком видеоматериалов необходимо заниматься самим в виду специфичности нашей профессиональной деятельности, используя для этого свои достижения, достижения учащихся и выпускников образовательного учреждения, опыт спортивных школ и видеозаписи соревнований и спортивных программ.

**Использование мультимедийных средств в спортивной тренировке**

За годы независимости в нашей стране поэтапно осуществлялись практические меры, обеспечивающие массовое занятие спортом, активные формы досуга населения, особенно детей и учащейся молодежи. В государственной политике Узбекистана вопросы дальнейшего развития физической культуры и спорта в стране, воспитание здорового поколения приобрели приоритетное направление. Перспективы развития сферы физической культуры и спорта непосредственно связаны с концепцией вхождения Республики Узбекистан в число развитых стран, построения демократического правового государства, перехода к рыночным отношениям Одним из шагов по созданию эффективной системы подготовки спортсменов высокого класса, способных достойно представлять Узбекистан является создание указом президента в 2017 г. сначала Государственного комитета Республики Узбекистан по физической культуре и спорту, в преобразованного 5 марта 2018 г. в Министерство физической культуры и спорта Республики Узбекистан, некоторыми из задач которого являются – осуществление совместно с Национальным олимпийским комитетом, федерациями и ассоциациями по видам спорта мер по совершенствованию непрерывной системы отбора, подготовки и повышения мастерства талантливых и перспективных спортсменов, формирования из них качественного спортивного резерва и составов сборных команд страны для обеспечения успешного участия на Олимпийских и Азиатских играх, Образование и воспитание № 4 (19) / 2018 76 чемпионатах мира, Азии и других престижных международных соревнованиях и турнирах; – стимулирование развития в стране профессионального спорта, внедрения современных технологий в процесс спортивной подготовки с учетом передового международного опыта, повышения уровня и качества национальных чемпионатов по видам спорта, организации международных и региональных соревнований, принятия системных мер по противодействию нездоровой спортивной конкуренции и применению запрещенных препаратов; – развитие и укрепление материально-технической базы физкультурно-оздоровительных и спортивных организаций, объектов и сооружений по направлениям массового, детского и профессионального спорта, обеспечение максимального и эффективного их использования, участие в разработке предложений по организации и расширению производства отечественного спортивного оборудования и инвентаря. Таким образом, в стране последовательно реализуются меры по созданию необходимых условий и инфраструктуры для развития спорта, в частности и для развития спорта высоких достижений. Вместе с тем, как отметил президент Мирзияев Ш.М. в своем указе от 5.03.2018 «О мерах по коренному совершенствованию системы государственного управления в области физической культуры и спорта» наличие есть ряд системных проблем и недостатков в организации физической культуры и спорта, что препятствует эффективной реализации государственной политики в данной области и полноценному использованию имеющегося спортивного потенциала страны, в частности отсутствие инновационных исследований и методологических разработок, стандартов подготовки спортсменов и их медицинского сопровождения, отвечающих современным требованиям, что не позволяет обеспечить налаживание качественного учебно-тренировочного процесса. Современную стратегию развития системы подготовки высококвалифицированных спортсменов сложно представить без использования достижений научно-технического прогресса. Основное место в реализации данной стратегии отводится быстрому внедрению в систему подготовки новейших технических и информационных решений: нового спортивного инвентаря и оборудования, высокотехнологичной модернизации мест проведения соревнований и тренировок, компьютерных, информационных и мультимедийных технологий. Проблема заключается в том, что в методическом обеспечении тренировочного процесса высококвалифицированных спортсменов в большинстве видов спорта основные акценты подготовки направлены, как правило, на увеличение функциональных возможностей атлетов и практически отсутствуют специальные разработки в области методологии совершенствования их технического мастерства. В связи с этим назрела необходимость изменения содержания и методики обучения различным техническим приемам на основе практического использования информационных технологий, мультимедийных систем, графического моделирования в тренировочной деятельности, что подчеркивает актуальность нашего исследования. 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 тренировочную деятельность. Исходя из современных возможностей информационных и мультимедийных технологий для значительного улучшения качества подготовки спортсменов высокой квалификации, можно предложить взглянуть по-новому на решение следующих задач: – значительно повысить уровень их технического мастерства в основном за счет повышения эффективности исследовательской работы в этом направлении; – идентифицировать биомеханическую структуру соревновательного упражнения в каждом конкретном виде спорта; – разработать биомеханические модели лучших образцов техники двигательных действий; – создать методологию освоения этих моделей, основанную на мультимедийных технологиях; – обеспечить систему объективного педагогического контроля процесса технической подготовки и оценки уровня технического мастерства спортсменов; – обеспечить спортсменов техническими и тренажерными средствами с использованием средств мультимедиа. В этом плане определенный интерес представляют мультимедийные обучающие и контролирующие программы. Структура обучающих программ определяется их задачами, которые в данном случае заключаются в следующем: – представление в мультимедийном режиме основных фаз движения. – моделирование эффективной техники спортсмена с учетом его биомеханических параметров. – контроль и самоконтроль технической подготовленности спортсменок. Использование подобных программ в тренировочном процессе имеет принципиальные отличия по сравнению с традиционными формами и методами работы, например: – возможность формирования технических навыков спортсмена в условиях направленной деятельности тренера, коренным образом изменяя его функции. – использование в большей степени индивидуально-групповой формы организации тренировочного процесса. Технические средства обучения 77 – осуществление контроля и самоконтроля успешности усвоения техники изучаемого элемента. – возможность повторения необходимого числа раз любой части изучаемого материала каждым спортсменом (особенно это касается возможности просмотра видеофрагментов, включая просмотр в обычном режиме, медленном, в режиме стоп-кадра). – более высокий уровень и скорость усвоения технического элемента. Таким образом, обучающие мультимедийные программы в зависимости от задач учебно-тренировочного процесса можно использовать как тренажер, обучающую систему, применять в проведении диагностики и оценки уровня знаний и умений.