

## СОВРЕМЕННОЕ ВИДЕНИЕ ФОРМ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

*Мадаминов Б.Ш. - старший преподаватель кафедры  
“Теория и методика тренировки” государственного университета  
физической культуры и спорта*

**Аннотация.** В статье рассматривается сочетание информационно-коммуникационных технологий с предметом физической культуры и спортом. ИКТ служит совершенствованию учебного процесса, помогает оформлению основной документации по планированию учебного процесса преподавателями физической культуры, а также совершенствованию приобретенных навыков выполняемых упражнений, тем самым увеличивая моторную плотность занятия. Излагаются ключевые положения Современных информационных технологий Интернет-ресурсов, позволяющие преподавателю достичь максимальных результатов в решении многих задач.

**Ключевые слова:** технологии, обучение, физическая культура, оптимизация, умение, средства.

**Summary.** In the present article it is written about the combination of informational communication technologies with physical culture and sport. Some facts about the usage of ICT in development educational process, decorating the main documents, besides in development of gained skills of exercises, which can increase the motor density of class are given here. In the present article it is written about the key position of modern information technologies, internet resources, which are used by teacher to achieve top results in solving some tasks.

**Key words:** technology, training, physical education, optimization, skill, means.

Введение в практику обучения новых педагогических и информационных технологий, средств индивидуализации обучения и системы дистанционного образования формирует конкурентно способное общество на рынке образовательных услуг на основе развития государственных и негосударственных учреждений.

Современное общество неразрывно связано с одним из приоритетных направлений процесса информатизации - информатизация образования. Эта тенденция соответствует изменившимся целям образования, которые требуют обновления методов, средств и форм организации обучения. Увеличивающиеся информационные потоки требуют нового уровня в обработке и осмыслении информации, быстрого и эффективного усвоения новых приемов ее представления.

Сегодня, использование ИКТ на занятиях физической культуры является основой знаний, умений и навыков, необходимых для самостоятельных занятий спортом, совершенствования физической подготовки и укрепления здоровья.

Для получения «малого физкультурного образования» в стенах образовательных учреждений, кроме того, владения информационными

технологиями необходимо при оформлении основной документации по планированию учебного процесса преподавателями физической культуры.

Сочетание государственного и общественного управления в системе образования подготавливает высококвалифицированных, конкурентоспособных кадров, способных обеспечить прогрессивное научно – техническое, экономическое, социальное и культурное развитие, благодаря информационно - коммуникационным технологиям.

Современные информационные технологии Интернет-ресурсов, позволяют преподавателю достичь максимальных результатов в решении многих задач:

- обеспечение высоко результативного обучения и подготовки квалифицированных кадров на основе современных профессиональных программ в соответствии с государственными стандартами;

- систематическое совершенствование организации, методики подготовки исходя из перспектив экономического и социального развития страны, потребности общества, современных достижений науки, техники и технологий, экономики и культуры;

- обеспечение гуманитарной направленности высшего образования и воспитания молодежи на основе идеологии национального возрождения и познания общечеловеческих ценностей в духе преданности идеалом независимости, любви к Родине, семье и окружающей природе;

- использование полученных результатов в образовательном процессе и их обработка;

- совершенствование управления и расширение самостоятельности, введение общественного управления;

- всестороннее развитие физических способностей, обеспечение высокой работоспособности;

- обучение основам техники упражнений и массовых видов спорта, увеличивая объем и оптимизацию поиска необходимой информации;

- обеспечение необходимой физической подготовленности применительно к требованиям избранной учащимися профессией;

- формирование высоких нравственных, волевых и других личностных качеств;

- сообщение специальных знаний, формирование потребности и привычки заниматься физическими упражнениями, умений использовать средства физической культуры, спорта в быту и трудовой деятельности;

- привитие организаторских навыков по физической культуре и спорту;

- нормы и характеристики здорового человека;

- формы и методы оценок данных физического развития, физической и функциональной подготовленности, физического состояния и здоровья;

- эффективные формы самоконтроля и средства самостоятельных занятий.

Уметь выполнять контрольные упражнения по физической подготовленности и физическому состоянию.

На занятиях физической культурой использование электронных презентаций позволяет углубленно совершенствовать приобретенные навыки выполняемых упражнений, тем самым увеличивая моторную плотность занятия.

Проводимые в учебных организациях дополнительные занятия для преподавателей по информационным технологиям, иностранному языку, педагогическим технологиям совершенствуют качество преподавания в своей отрасли и положительно изменяют содержание профессиональной деятельности, что со своей стороны требует высокого уровня технологической и методической подготовленности.

По программе физического воспитания закладываются основы техники специфических действий по разным видам спорта. Это может быть бросок баскетбольного мяча, прием - передача волейбольного мяча, низкий старт в легкой атлетике и другое. Обучение двигательному движению эффективно начинать с демонстрации показа техники игры. Эта цель хорошо демонстрируется путем использования электронных мультимедиа – презентаций.

Наиболее популярными областями применения информационных технологий в обучении является получение новых знаний, контроль знаний и самообразование. Информационные технологии помогают определить: систему гелиометрического комплекса о данных физического состояния занимающегося (монитор сердечного ритма, интерфейс). Определяют методы сбора информации о физической подготовленности, физическом состоянии и определении морфофункциональных показателей с использованием различных формул.

Навыки, приобретённые преподавателями – спортсменами в молодости, теряют качество исполнения того или иного движения, если не занимаешься систематически. Каждый занимался одним - двумя смежными видами спорта, и профессиональная подготовка по остальным видам несколько ниже. Кроме того, с возрастом могут возникать проблемы (старые травмы, болезни и т. д.), которые мешают правильному показу двигательного действия. В результате у обучаемых может создаться не совсем четкое представление о технике выполнения физического действия. Поэтому, показ при помощи информационных технологий, выполненной в программе: “Ms Power Point”, иной раз бывает полезнее. Причем эффективность работы со слайдами, картинками и другими демонстрационными материалами будет намного выше, если дополнить их показом схем, таблиц. Проблема создания электронных учебных, методических пособий по физической культуре, к которым относятся и учебные презентации, на сегодняшний день весьма актуальна. Это создаёт условия для получения и активизации теоретических знаний по физической культуре на основе использования электронных презентаций и компьютерных тестов и увеличение динамизма и выразительности излагаемого материала. Предлагаемые формы приводят к повышению мотивации, росту эмоциональной выразительности занятия.

Электронные презентации на практических занятиях физической культуры, предназначены для решения ряда педагогических задач. Их использование позволяет значительно повысить производительность обучения, так как одновременно задействованы зрительный и слуховой каналы восприятия. Обязательным условием электронной презентации является наличие

иллюстративного материала. Выбор текстового материала не возможен без привлечения дополнительной вспомогательной литературы.

Электронная презентация содержит обширный теоретический материал для изучения физической культуры. Но не менее важен и тот аспект, что несёт в себе процесс подготовки электронной презентации к углубленному изучению предмета. Кроме того, понятия и абстрактные положения до сознания учащихся легче донести, когда они подкрепляются конкретными фактами, примерами и образами, поэтому для раскрытия их необходимо использовать различные виды наглядных пособий. Именно в учебных презентациях свели текстовую информацию к минимуму, заменив её схемами, диаграммами, рисунками, фотографиями, анимацией, фрагментами фильмов, касающихся физической культуры и спорта. Темы выстраиваются в соответствии с основными разделами программы по основам знаний предмета физическая культура. Информационная технология обучения является новой методической системой, позволяющей рассматривать обучаемого не как объект, а как субъект обучения, а компьютер, как средство обучения. Практически неоспоримым является факт, что дизайн презентаций оказывает самое непосредственное влияние на мотивацию обучаемых, скорость восприятия материала. Снижает утомляемость, делая материал более приемлемым и доступным занимающимся.

Физическая культура – это один из тех предметов, где связь обучения с ИКТ используется как стимул самообразования, а также профилактика различных заболеваний, активизируется физический потенциал, прививается интерес к сохранению своего физического здоровья. Важно не только физическое, но и духовное здоровье воспитанников. Использование аудиоматериала считается одним из важных электронных средств поддержки обучения. Например, огромные возможности для душевного здоровья обучаемых имеет музыкальное сопровождение, которое является интереснейшим и перспективным направлением, используемым во многих странах мира в лечебных и оздоровительных целях. Экспериментально доказано, что музыка может успокоить, укрепить иммунную систему, что приводит к снижению заболеваемости, улучшает обмен веществ, активнее идут восстановительные процессы, и человек выздоравливает. На отдельных уроках можно использовать метод музыкотерапии, который дает лечебный и успокаивающий эффект. Эффективность современного занятия оценивается по его конечному результату. Поэтому содержание учебного материала и организация форм деятельности учащихся, должны быть хорошо продуманы. Они должны способствовать успешному формированию двигательных умений и навыков, вызывать положительные эмоции, поддерживать высокую работоспособность обучаемых. Использование информационных технологий позволяет решать данные задачи и добиваться высокого качества занятия.

Таким образом, при организации и проведении современного занятия физкультуры необходимо использование ИКТ, что позволяет успешно совмещать не только физическую, но и умственную работу, развивая интеллектуальные и творческие способности обучаемых, расширять общий кругозор.

**Литература:**

1. Захарова И.Г. Информационные технологии в образовании: учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений. — М.: Издательский центр «Академия», 2003. 192с.
2. Исмоилов А.Ф. «ИТО – Ростов -2010» - Дядюшкина Т.С. Использование информационных технологий на уроках физической культуры.
3. Каримов И.А. Миллий истиқлол мафқураси-халқ этиқоди ва буюк келажакка ишончдир.-Т.: Ўзбекистон, 2000.-37б.
4. Mamirova, D. T. (2022). РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ПОДГОТОВКЕ В ВУЗАХ ИСКУССТВА И КУЛЬТУРЫ. *Journal of Integrated Education and Research*, 1(6), 107-113.
5. Мамирова, Д. Т. (2019). Влияние Восточного наследия на формирование совершенствования личности. *Научный вестник Наманганского государственного университета*.
6. Мамирова, Д. Т. (2019). Взаимосвязь физической культуры и воспитания профессионального мастерства в подготовке будущих специалистов актерского профиля. *Физическая культура: воспитание, образование, тренировка*, (2), 18-19.
7. Tavakulovna, M. D. (2019). Osnovy organizatsii i upravleniya massovymi vidami sporta v sisteme nepreryvnogo obrazovaniya. *Uchenyye zapiski universiteta Lesgafta*, (7), 173.