

инфекционных заболеваний [3].

Не менее важен и психоэмоциональный аспект физической активности. Физические упражнения способствуют выработке эндорфинов – гормонов счастья, что снижает уровень стресса, тревожности и депрессии. Они помогают повысить концентрацию внимания, улучшить память, развить когнитивные способности и даже повысить продуктивность в повседневной жизни. Улучшение качества сна, повышение самооценки, формирование дисциплины и выносливости – это является важными факторами, которые делают занятия физическими упражнениями неотъемлемой частью здорового образа жизни [4].

Правильное планирование физической подготовки, индивидуальный подход к нагрузкам и использование вспомогательных методов восстановления (массаж, йога, дыхательные практики) позволяют избежать перенагрузок и снизить риск травм. Чёткое следование принципам постепенного увеличения нагрузок, регулярность занятий и баланс между разными видами физической активности обеспечивают максимальный эффект от физической подготовки [5].

Таким образом, физическая подготовка оказывает всестороннее положительное воздействие на организм человека. Она не только развивает двигательную активность, но и укрепление здоровья; повышает работоспособность и укрепляет психоэмоциональное состояние. В современном мире, где уровень физической активности людей снижается из-за сидячего образа жизни и увеличения количества стрессовых факторов, регулярные занятия физическими упражнениями становятся не просто рекомендацией, а необходимостью. Умеренные и правильно организованные физические нагрузки помогают сохранить здоровье, поддерживать высокий уровень энергии и продлевать долголетие.

Список использованных источников

1. Железняк, Ю. Д. Спортивные игры: учебник / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков. – 3-е изд., стереотип. – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 520 с.
2. Журавин, М. Л. Гимнастика: учебник / М. Л. Журавин, О. В. Загрядская, Н. В. Казакевич. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 448 с.
3. Захаров, Е. Н. Энциклопедия физической подготовки (Методические основы развития физических качеств) / Е. Н. Захаров, А. В. Карасев, А. А. Сафонов. – М.: Лептос, 1994. – 124 с.
4. Курамшин, Ю. Ф. Теория и методика физической культуры: учебник / Ю. Ф. Курамшин. – 2-е изд., испр. – М.: Советский спорт, 2004. – 464 с.
5. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты / Л. П. Матвеев. – 4-е изд., испр. и доп. – СПб.; Лань, 2005. – 384 с.

УДК 378.1:796:004

ОРГАНИЗАЦИЯ, УПРАВЛЕНИЕ И КОНТРОЛЬ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В УЧРЕЖДЕНИИ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СОВРЕМЕННЫХ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

***Николаева Д. А., студ., Мусатов А. Г., зав. каф.,
Талай В. А., доц., Ребизова Е. А., ст. преп.***

***Витебский государственный технологический университет,
г. Витебск, Республика Беларусь***

Реферат. В данной статье рассматривается проблема организации проведения современного занятия физической культуры с использованием информационно-коммуникативных технологий (ИКТ), что позволяет успешно совмещать не только физическую и умственную работу, но и развивать интеллектуальные и творческие способности.

Ключевые слова: учебный процесс, учащиеся, интерес, подготовленность, знания, ИКТ, ИТ (информационные технологии).

Целью работы является исследование роли информации и коммуникаций в управлении спортивной организации, где объектом исследования является процесс обмена этой информацией.

Материалами исследования послужили полученные данные проведенного эксперимента. Использовались следующие методы: анализ, синтез, моделирование, что позволило выявить основные направления использования информационно-коммуникационных технологий в учебном процессе студентов. Использование их позволяет проанализировать их эффективность с помощью предварительного наблюдения, тестирования, методом математической статистики.

Актуальность данной работы обусловлена необходимостью создания активной образовательной среды, которая предоставила бы возможность обучающимся доступа к различным источникам информации, помогла удовлетворить интересы современного студента, общающегося в Интернет-сообществе. Поэтому современный образовательный процесс должен строиться с учётом современных требований.

По результатам исследования было установлено, что совершенствование учебного процесса в вузах ведётся по двум направлениям: разрабатываются обучающие программы и контроль теоретических знаний.

Ведущим аспектом является подготовка подрастающего поколения к жизни в быстро меняющемся информационном обществе, в мире, где постоянно возникает потребность в новых профессиях, в непрерывном повышении квалификации. Проникновение современных средств обучения и ИТ в учебный процесс способствовало обновлению традиционных методов и приёмов в организации образовательного процесса. Таким образом, при организации и проведении современного занятия по физической культуре необходимо использование ИКТ, что позволяет успешно совмещать не только физическую, но и умственную работу, развивать интеллектуальные и творческие способности учащегося, расширять общий кругозор.

Коммуникация – понятие многозначное и в настоящее время имеет, по крайней мере, три значения: средства связи любых объектов материального и духовного мира, общение, передача информации от человека к человеку (обмен представлениями, идеями, установками, настроениями, чувствами и т. п. в человеческом общении), общение и обмен информацией в обществе с целью воздействия на социальные процессы.

Общая схема передачи информации включает в себя отправителя информации, канал передачи информации и получателя информации. Если производится двусторонний обмен информацией, то отправитель и получатель информации могут меняться ролями.

Это инструмент, средство, с помощью которого осуществляется управление сознанием и поведением людей для решения социально значимых задач. Но в тоже время, поскольку сам это инструмент имеет сложную структуру и комплексный характер, в рамках коммуникативных технологий разных типов социальная коммуникация в целом и отдельные ее компоненты способны выступать и выступают в качестве объектов управления.

Основными направлениями автоматизированного рабочего места преподавателя физической культуры являются: создание информационных баз данных, работа с документами, касающиеся физического воспитания и оздоровительной деятельности, формирование разноплановых отчетов, оценка и анализ динамики физического состояния учащихся, создание аналитических справок и отчетов, контроль за процессом физического воспитания и оздоровительной работы образовательной организации.

Деятельность в сфере ФК характеризуется разнообразным и сложным содержанием. Для достижения желаемой результативности такое содержание должно быть определенным образом систематизировано, подчинено четкой логике функционирования. В любой целесообразной и рационально организованной деятельности можно выделить следующие организационно взаимосвязанные компоненты: планирование, организация, контроль результатов. Наличие, единство и качество функционирования этих компонентов позволяет наиболее целесообразно построить занятия ФУ, эффективно управлять педагогическим процессом и его результатами.

Планирование в ФК заключается в обосновании, разработке и документальном оформлении содержания и последовательности действий педагога с целью решения задач обучения и воспитания занимающихся ФУ.

Контроль – это получение, анализ и обработка информации о состоянии занимающихся. Благодаря контролю и учету накапливаются данные о физическом состоянии, технико-тактической подготовленности и количественных достижениях занимающихся. Эти данные

позволяют точнее планировать и корректировать УВП, тем самым способствуя улучшению его качества и эффективности. Его сущность заключается в выявлении, осмысливании и оценке реальных условий, конкретных фактов динамики и результатов педагогического процесса. Содержание контроля составляют преимущественно две стороны: получение информации о состоянии учащихся, сравнение данной информации с информацией о запланированном состоянии занимающихся, и, в случае необходимости, внесение изменений в предыдущие звенья управления: планирование, организацию, регулирование.

Управление физкультурным образованием – это целенаправленное воздействие на людей с целью достижения ими физического совершенства как составной части гармонического развития.

Задачи использования ИКТ: повысить мотивацию обучения, повысить эффективность процесса обучения, способствовать активизации познавательной сферы обучающихся, совершенствовать методики проведения уроков, своевременно отслеживать результаты обучения и воспитания, планировать и систематизировать свою работу, использовать, как средство самообразования.

Использование ИКТ на занятиях физической культурой – это полезная и интересная форма работы и для студента, и для преподавателя, и для творческих педагогов, которые готовы «добывать» необходимую информацию, систематизировать и наглядно достойно представлять её. Учащиеся лучше воспринимают эту информацию: «Лучше один раз увидеть, чем 100 раз услышать!». Ведь, согласитесь, навыки, приобретённые нами в молодости, теряют в качестве исполнения, если ты не занимаешься видом спорта систематически. Поэтому показать видеофрагмент, фотографию, схему иной раз бывает полезнее корявого показа двигательного действия. Учащиеся же, уже подготовлены к созданию презентаций и по заданию преподавателя делают их быстро. Интерес состоит в том, чтобы от умения создавать нами и учащимися презентации перейти к «осмысленному и глубокому» проектному методу, что предполагает затрату времени, творческую направленность, последовательность действий по перспективному плану, организационную работу в группах.

Применение ИТ обучения в преподавании физической культуры позволяет реализовать требования теоретического и методического разделов учебных программ посредством самостоятельной внеурочной учебной работы учащихся, сохраняя тем самым учебные часы для занятий непосредственно физическими упражнениями. Разработка и внедрение электронных средств поддержки обучения способствуют повышению уровня учебной работы учащихся.

Одним из приоритетных направлений работы преподавателей физической культуры является повышение качества образования через использование ИТ на занятиях.

Занятия физической культурой включают большой объем теоретического материала, на который выделяется минимальное количество часов, поэтому использование электронных презентаций позволяет эффективно решать эту проблему. Используя компьютерные технологии в образовательном процессе, занятие проходит более интересным, наглядным и динамичным. Многие объяснения техники выполнения разучиваемых движений, исторические документы и события, биографии спортсменов, освещение теоретических вопросов различных направлений не могут быть показаны учащимся непосредственно. Поэтому необходимо использовать различные виды наглядности. Сам факт проведения занятия по физической культуре в кабинете, оснащённом компьютерной техникой, интригует обучающихся, у них появляется внешняя мотивация. Из внешней мотивации «вырастает» интерес к предмету.

Можно сделать вывод, что компьютерная поддержка позволяет вывести современное занятие на качественно новый уровень, повысить статус преподавателя, использовать различные виды деятельности на занятии, эффективнее организовать контроль и учёт знаний учащихся.

За использованием информационных технологий перспектива. Рано или поздно использование компьютера в учебной деятельности станет массовым, обыденным явлением.

Список использованных источников

1. Алешин, И. В. Паблик рилейшнз для менеджеров – М. : ИКФ, ЭКМОС 2009. – 480 с.
2. Березин, В. М. Массовая коммуникация: сущность, каналы, действия. – М.: РИП – Холдинг, 2008. – 310 с.
3. Почепцов, Г. Теория и практика коммуникации. – М. : Центр. 2012. – 288 с.