

опорных точках, с высокой быстротой, стабильностью итога, устойчивостью к сбивающим воздействиям.

В ходе данного периода курсанты выполняют упражнения, приближенных к реальным ситуациям служебной деятельности. Для чего используются соревновательные и проблемно-ситуационные методы проведения занятий, имеющих служебно-прикладную направленность. Курсанты выполняют упражнения в ограниченное время, из-за укрытия, после передвижения и т. д. В третьем периоде происходит сворачивание громкоречевого сопровождения действий в символы.

Таким образом, для интенсификации огневой подготовки курсантов высших образовательных организаций ФСИН России необходимо в процессе обучения четко выделять периоды подготовки и при этом особое внимание обратить на формирование базовой техники стрельбы на начальном этапе.

В заключении можно сделать вывод, что содержание огневой подготовки курсантов высших образовательных организаций ФСИН России должно учитывать и отражать особенности стрельбы при выполнении служебно-боевых задач, сначала в неограниченное время, затем в ограниченное время, а далее с передвижением и из различных положений.

ЛИТЕРАТУРА

1. Гофман А.А. Огневая подготовка в уголовно-исполнительной системе: учеб.-метод. пособие / А.А. Гофман. – Владимир : Влад. юрид. ин-т ФСИН России, 2011. – 592 с.
2. Хвастунов А.А. Методика огневой подготовки в системе первоначального обучения сотрудников органов внутренних дел : автореф. ... канд. пед. наук / Хвастунов Анатолий Александрович. – Москва, 1995. – 23 с.
3. Шаталов В.Ф. Эксперимент продолжается / В.Ф. Шаталов. – Москва : Педагогика, 1989. – 336 с.

REFERENCES

1. Gofman, A.A. (2011), Fire training in the penitentiary system: educational, textbook, Vladimir
2. Khvastunov, A. A. (1995), *Methods of fire training in the system of initial training of employees of internal affairs bodies*, dissertation, Moscow.
3. Shatalov, V. F. (1989), *The experiment continues*, Pedagogy, Moscow.

Контактная информация: vladimir.kuleeff@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 12.02.2023

УДК 372.853

АКТУАЛЬНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Светлана Александровна Григан, кандидат педагогических наук, доцент, Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте РФ, Северо-Западный институт управления, г. Санкт-Петербург; **Игорь Владимирович Грошевичин**, кандидат философских наук, доцент, Южный федеральный университет, Академия физической культуры и спорта, Ростов-на-Дону

Аннотация

Физическая культура не потеряла свою актуальность на современном этапе развития человечества. Именно интенсивные занятия спортом и ведение здорового образа жизни являются залогом положительного влияния на рост, развитие и укрепление человеческого организма. На сегодняшний день существует огромное количество качественных и тщательно проработанных материалов для дистанционных занятий по физической культуре. Рынок цифровых технологий сегодня может предложить множество вариантов решения поставленных задач, обладающих рядом как положительных, так и отрицательных черт. Представленная работа более подробно освещает вопрос, связанный с

использованием различных информационных технологий в спортивной деятельности. Цель работы – выявить отношение студентов к занятиям по физической культуре, при использовании информационных технологий. Методика и организация исследования. В эксперименте участвовало 100 студентов Южного федерального университета. Результаты исследования и их обсуждение. В работе представлен анализ и систематизация знаний, касающихся текущего этапа развития цифровых инструментов в сфере культуры и спорта. Для оценки уровня актуальности и эффективности использования цифровых инструментов во время занятий был проведен опрос, среди студентов который показал, что использование цифровых технологий позволило студентам более осмысленно подходить к занятиям по физической культуре. В результате анализа и обобщения научно-методической литературы были изучены такие аспекты, как актуальность цифровизации спортивной области; эффективность и необходимость разработки цифровых решений для занятий физической культурой; особенности использования цифровых средств и умных гаджетов во время занятий. Опрос показал актуальность и эффективность использования цифровых инструментов на занятиях физической культурой на примере студентов Южного федерального университета.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, цифровые технологии, здоровый образ жизни, спортивная деятельность.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.02.p101-104

RELEVANCE OF THE USE OF DIGITAL TECHNOLOGIES IN PHYSICAL EDUCATION LESSONS

Svetlana Aleksandrovna Grigan, the candidate of pedagogical sciences, docent, Russian Academy of National Economy and Public Administration under the President of the Russian Federation, North-Western Institute of Management, St. Petersburg; Igor Vladimirovich Groshevikhin, the candidate of philosophical sciences, docent, Southern Federal University, Academy of Physical Culture and Sports, Rostov-on-Don

Abstract

Physical culture has not lost its relevance at the present stage of human development. It is intensive sports and a healthy lifestyle that are the key to a positive effect on the growth, development and strengthening of the human body. To date, there is a huge amount of high-quality and carefully designed materials for distance learning in physical education. The digital technology market today can offer many options for solving the tasks that have a number of both positive and negative features. The presented work covers in more detail the issue related to the use of various information technologies in sports activities. The purpose of the work is to reveal the attitude of students to physical culture classes, using information technologies. Methodology and organization of the study. The experiment involved 100 students of the Southern Federal University. Results of the study and their discussion. The paper presents the analysis and systematization of knowledge related to the current stage of development of digital tools in the field of culture and sports. To assess the real level of relevance and effectiveness of the use of digital tools during classes, a survey was conducted among students, which showed that the use of digital technologies allowed students to more meaningfully approach physical education classes. Findings. In conclusion, it should be noted that in the near future the digitalization of the sports industry will become the main trend in the development of this area. The survey showed the relevance and effectiveness of the use of digital tools in physical education classes on the example of students of the Southern Federal University.

Keywords: physical culture, sports, digital technologies, healthy lifestyle, sports activities.

ВВЕДЕНИЕ

Популяризация спорта и здорового образа жизни становится одной из наиболее актуальных задач в современном мире. Именно спорт является движущей силой как духовного, так и физического развития человека. Необходимость занятий спортом должно закладываться в основу воспитания человека любого возраста и любой профессии, движение является особым стимулятором жизнедеятельности нашего организма. С уменьшением физической активности мы теряем свою спортивную форму, так как общие ресурсы организма со временем истощаются [1].

В современном мире прослеживается развитие и интеграция различных цифровых технологий. Данные инструменты способны на качественном уровне изменить привычные

действия и повысить эффективность выполнения различных бытовых процессов. Физическая культура и спорт не являются исключением: в данной отрасли наблюдается активная динамика интеграции различных цифровых средств с целью повышения качества и эффективности проведения занятий. Информационно-коммуникативные технологии, которые вошли абсолютно во все сферы нашей жизни, в том числе и в сферу физической культуры и спорта, обеспечивают полное усвоение информации, а также контроль усвоения учебного материала, диагностируют состояние здоровья и уровень физической подготовленности студентов [2]. Активное распространение информационных технологий в спорте идет по ряду направлений: разработка средств для эффективного проведения очных и организации дистанционных занятий физической культурой.

Цель исследования: выявить отношение студентов к занятиям по физической культуре, при использовании информационных технологий.

МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

В исследовании приняли участие 200 студентов (150 юношей и 50 девушек), студенты Южного федерального университета. Задачами опроса были:

1. Проанализировать тренды цифровизации в сфере физической культуры и спорта.
2. Проанализировать, как студенты оценивают результативность от использования информационных технологий во время занятий.
3. Выявить, как изменилось отношение студентов к занятиям по физической культуре, когда они начали использовать информационные технологии.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЯ

Каждая сфера нашей жизни, включая физическую культуру, имеет большое количество совершенно разных методик, которые могут удовлетворить различные потребности людей в улучшении их физической и спортивной активности. В программе преподавания физической культуры существенной значимостью обладают информационно-коммуникативные технологии, позволяющие сделать обучение более доступным, интересным и понятным для каждого студента. Тенденция и актуальность распространения занятий по физической культуре в режиме онлайн и разработка ряда иных цифровых технологий стало следствием вспыхнувшей в 2020 году пандемии COVID-19.

На сегодняшний день выделяется ряд тенденций из области развития цифровых технологий, одним из основных является интеграция фитнес-гаджетов, тренд стал актуальным в 2021 году. Вместе с этим актуализируются и масштабируются продажи умных часов, мониторов сердечного ритма и других интеллектуальных устройств. Современные устройства, работающие на базе искусственного интеллекта, имеют не только возможность отслеживания основных показателей человеческого организма, но и функцию предупреждения критических состояний, например переутомления или сердечного приступа. В таблице отражены технологии и тренды развития фитнеса на основе интеграции цифровых технологий.

Для оценки реального уровня актуальности и эффективности использования цифровых инструментов во время занятий по физической культуре был проведен опрос среди студентов:

1. Как вы оцениваете эффект от использования цифровых технологий во время занятий: 90% студентов активно используют цифровые средства во время занятий; 10% студентов отмечают свою незаинтересованность; 75% опрошенных замечают значительный эффект и повышение эффективности тренировки благодаря цифровым технологиям; 15% студентов ответили, что замечают небольшой эффект.
2. Как изменилось отношение студентов к занятиям по физической культуре, когда они начали использовать информационные технологии: 50% студентов отметил, что стали осмысленно подходить к нагрузкам и следить за состоянием организма; 40% студентам

позволило расставить приоритеты в своем расписании и стимулирует их заниматься каждый день самостоятельно; 10% никак не изменилось, так как они не используют информационные технологии в сфере физической культуры.

Таблица – Цифровые технологии в сфере физической культуры и спорту

Тренд	Проявление	Эффект
Создание гаджетов	– Умные часы; – карманный диетолог; – умная гирия; – трекер активности; – нейроповязка для медитации; – умные весы.	Каждый из данных гаджетов работает на базе искусственного интеллекта. Обработывая большое количество данных в результате выполнения человеком упражнений, система помогает спрогнозировать недуги, подстроить более эффективный режим тренировок, а также вовсе заменить очное присутствие тренера
Одежда для фитнеса	Создание умной одежды, включая топики, лосины, повязки и иные средства при занятиях фитнесом	Сбор и анализ данных о функциональном состоянии организма. Регулирование теплообмена при занятиях на свежем воздухе в различных погодных условиях
Онлайн-тренировки	Создание онлайн-площадок проведения занятий, а также специализированных программ для взаимодействия человека с тренером	Позволяет без очного контакта с тренером выполнять комплекс упражнений. Особенную актуальность получает при невозможности покинуть дом. Является эффективным инструментом для определенных групп людей, находящихся далеко от фитнес-залов или желающих заниматься на свежем воздухе

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Главной целью предмета «физическая культура» является научить студентов двигательной деятельности и инновационные программы физического воспитания помогают формировать свой здоровый образ жизни. Целью представленной статьи являлось изучение вопроса использования цифровых средств в развитии физической культуры. В результате анализа и обобщения научно-методической литературы были изучены такие аспекты, как актуальность цифровизации спортивной области; эффективность и необходимость разработки цифровых решений для занятий физической культурой; особенности использования цифровых средств и умных гаджетов во время занятий; актуальность и эффективность использования цифровых инструментов на занятиях на примере студентов Южного федерального университета.

В заключение необходимо отметить, что в ближайшем будущем цифровизация спортивной индустрии станет основным трендом развития данной сферы. Благодаря своему функционалу и использованию инновационных технологий, цифровые инструменты становятся незаменимыми помощниками в организации и проведении занятий по физической культуре. Они повышают качество, эффективность и безопасность тренировок. Полученные данные могут быть использованы в дальнейших исследованиях, связанных с изучением и разработкой новых технологий на основе цифровых средств для повышения качества и эффективности организации спортивных занятий.

ЛИТЕРАТУРА

1. Григан С.А. Инновационные формы и методы современного физического воспитания / С.А. Григан // Сборник статей по материалам IX Региональной (с Всероссийским участием) научно-практической конференции студентов и молодых ученых. – Ессентуки, 2020. – С. 207–210.
2. Солнцев И.В. Применение инновационных цифровых продуктов в индустрии спорта / И.В. Солнцев // Стратегические решения и риск-менеджмент. – 2021. – 12(2). – С.184–189.

REFERENCES

1. Grigan, S.A. (2020), "Innovative forms and methods of modern physical education", *Collection of articles based on materials of the IX Regional (with All-Russian participation) scientific and practical conference of students and young scientists*, Essentuki, pp. 207–210.
2. Solntsev, I.V. (2021), "The use of innovative digital products in the sports industry", *Strategic decisions and risk management*, No.12 (2), pp.184–189.

Контактная информация: svetlana-grigan@mail.ru

Статья поступила в редакцию 30.01.2023