

ИНТЕГРАЦИЯ ТЕХНОЛОГИЙ В ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И СПОРТ: МИРОВЫЕ ТЕНДЕНЦИИ

Фарух Юлдашев

Доцент кафедры общественных наук и физического воспитания

Ташкентского экономико-педагогического института

farruh_YL@mail.ru

Аннотация. *Интеграция технологий в физическое воспитание (ФВ) и спортивные тренировки стала значимой тенденцией, которая меняет способы предоставления, восприятия и оценки образовательного контента. Эта трансформация обусловлена потенциалом современных технологий по совершенствованию методов обучения, вовлечению учащихся в активное обучение и предоставлению персонализированной обратной связи. В этом разделе рассматриваются мировые тенденции интеграции технологий в физкультуру и спорт, освещаются инновационные практики и их влияние на преподавание и обучение.*

Ключевые слова. *спорт, образовательное творчество, современные технологии, междисциплинарная интеграция.*

Расширенные возможности обучения с помощью интерактивных технологий. Интерактивные технологии, такие как мобильные приложения, носимые устройства и системы дополненной реальности (AR), находятся на переднем крае улучшения процесса обучения на уроках физкультуры и спортивных тренировок. Эти технологии предлагают захватывающие и интерактивные способы вовлечения учащихся в физическую активность, предоставляя им мгновенную обратную связь об их успеваемости и прогрессе. Мобильные приложения произвели революцию в доступности программ фитнеса и тренировок, позволяя учащимся заниматься индивидуальными физическими упражнениями в удобном для них темпе. Образовательные приложения, специально разработанные для занятий физкультурой, предлагают обучающий контент, видеодемонстрации и интерактивные задания, способствующие повышению уровня физической активности и осведомленности учащихся о здоровье. Носимые устройства, включая фитнес-трекеры и смарт-часы, все чаще используются на уроках физкультуры для контроля физической активности, отслеживания прогресса и мотивации учащихся путем постановки целей и задач. Эти устройства предоставляют ценные данные, которые можно использовать для персонализации

программ физического воспитания и объективной оценки успеваемости учащихся. Дополненная реальность (AR) представляет собой новый способ обучения сложным спортивным приемам и стратегиям путем наложения цифровой информации на реальную среду¹. Приложения дополненной реальности могут демонстрировать правильную форму, отображать тактическую информацию или создавать увлекательные игровые сценарии, поощряющие физическую активность и командную работу.

Виртуальная реальность (VR) для создания сред погружения в обучение. Технология виртуальной реальности (VR) создает захватывающие, имитирующие среду, способную улучшить преподавание и обучение физическому воспитанию и спортивным тренировкам. Системы виртуальной реальности способны моделировать реалистичные спортивные сценарии, позволяя учащимся отрабатывать навыки и приемы в контролируемом виртуальном пространстве. Эта технология особенно ценна для визуализации сложных движений, анализа результатов и обеспечения безопасной среды для занятий высокорискованными видами спорта без физической опасности.

Принятие решений на основе данных с помощью аналитики. Использование аналитики данных в обучении физической культуре и спорту позволило педагогам принимать обоснованные решения на основе объективных данных. Анализируя показатели успеваемости, собранные с помощью носимых устройств и других технологических инструментов оценки, учителя могут адаптировать свои инструкции в соответствии с индивидуальными потребностями каждого ученика. Аналитика также позволяет выявлять тенденции в уровнях физической активности, информировать о разработке учебных программ и отслеживать эффективность стратегий обучения с течением времени².

Платформы онлайн и смешанного обучения. Внедрение платформ онлайн- и смешанного обучения расширило охват физического воспитания, сделав его более доступным для учащихся независимо от их географического положения. Эти платформы предоставляют сочетание теоретического контента, обучающих видео и интерактивных модулей, дополняющих физическую практику. Онлайн-

¹ Watkins L. Professional development in the use of technology in physical education: A systematic review. *Journal of Teacher Education for Physical Education*, 2019. 28 (1), 80-93.; Виленский М.Я., Горшков А.Г. Основы здорового образа жизни студентов: Учебное пособие. – Москва: Кнорус, 2012. – С. 49.; Лубышева Л.И. Социология физической культуры и спорта: Учеб. пособие. М.: Издательский центр «Академия», 2001. – С. 98.

² Bennett, H. R., & Patel, S. K. The impact of augmented reality on learning in physical education settings. *Journal of Educational Technology & Innovation*, 2019. 12(3), 45-59.

платформы также поддерживают модель перевернутого класса, в рамках которой учащиеся могут изучать теоретические аспекты физкультуры дома, максимально используя время, отводимое на физическую активность во время занятий.

Глобальное сотрудничество и профессиональное развитие. Технологии способствовали глобальному сотрудничеству между учителями физкультуры и спортивными тренерами, позволяя обмениваться инновационными методами обучения, учебными ресурсами и возможностями профессионального развития. Онлайн-форумы, вебинары и профессиональные сети позволяют преподавателям обмениваться опытом, обсуждать проблемы и быть в курсе последних тенденций в области интеграции технологий в преподавание физической культуры.

Интеграция технологий в физическое воспитание и спортивную подготовку — это динамичная и развивающаяся область, отражающая более широкие тенденции в области образовательных технологий и цифровых инноваций. Поскольку эти технологии продолжают совершенствоваться, они открывают новые возможности для улучшения преподавания и обучения физической культуре, делая физическое воспитание более интересным, персонализированным и эффективным. Принимая во внимание эти мировые тенденции, педагоги могут использовать технологии, чтобы вдохновлять учащихся на пожизненную приверженность физической активности и здоровому образу жизни, готовя их к здоровому и активному образу жизни в цифровую эпоху. Изучение мировых тенденций в области интеграции технологий в физическое воспитание (ФВ) и спортивную подготовку выявляет ландшафт, характеризующийся быстрыми инновациями и преобразовательными практиками. Эти тенденции не только иллюстрируют растущее признание цифровых инструментов в улучшении физического воспитания, но и подчеркивают сдвиги в сторону более инклюзивных, персонализированных и основанных на данных подходов к преподаванию и обучению в физической сфере. Этот экзамен дает представление о том, как технологии используются во всем мире для улучшения физической культуры и спортивных тренировок, создавая прецедент для будущих образовательных стратегий и методик.

Персонализация и адаптивные технологии обучения. Одной из наиболее значимых мировых тенденций является переход к персонализации физического воспитания, чему способствуют технологии адаптивного обучения. Эти технологии используют алгоритмы и аналитику данных для адаптации образовательного контента и режимов обучения к индивидуальным потребностям, предпочтениям и уровням успеваемости учащихся. Носимые устройства, фитнес-трекеры и интеллектуальное спортивное оборудование собирают данные об успеваемости

учащихся в режиме реального времени, позволяя преподавателям настраивать обратную связь и корректировать физические нагрузки для оптимизации результатов обучения. Эта тенденция к персонализации гарантирует, что учащиеся получают более увлекательный, эффективный и поддерживающий опыт обучения, учитывающий различные способности и способствующий формированию позитивного отношения к физической активности.

Внедрение технологий виртуальной реальности (VR) и дополненной реальности (AR) в физкультуру и спортивные тренировки меняет среду обучения, предлагая захватывающие и интерактивные возможности, которые ранее были немыслимы. Виртуальная реальность предоставляет учащимся полностью иммерсивную платформу для отработки спортивных приемов, участия в виртуальных спортивных соревнованиях и изучения анатомии и физиологии в визуально увлекательной форме. С другой стороны, дополненная реальность накладывает цифровую информацию на физический мир, обогащая реальную среду интерактивными элементами, которые улучшают обучение и взаимодействие. Эти технологии используются во всем мире для моделирования реалистичных спортивных сценариев, улучшения тактического понимания и содействия безопасной отработке сложных движений, делая физическое воспитание более доступным и привлекательным для учащихся.

Глобальная тенденция к использованию платформ онлайн- и смешанного обучения распространилась и на физическое воспитание, отражая более широкое образовательное движение в сторону гибкости и доступности. Эти платформы предлагают сочетание цифрового и физического обучения, позволяя учащимся получать доступ к теоретическому контенту, учебным видео и интерактивным учебным модулям из любого места и в любое время. Такой подход поддерживает модель перевернутого класса, в которой теоретические знания приобретаются за пределами физического класса, что позволяет больше времени на уроке посвятить активному практическому обучению. Онлайн-платформы также способствуют непрерывному обучению и физической активности за пределами школьной среды, побуждая учащихся включать фитнес и здоровый образ жизни в свою повседневную жизнь³.

Использование аналитики данных в тренировках по физической культуре и спорту становится все более распространенным, что знаменует собой переход к

³ Лубышева Л.И. Социология физической культуры и спорта: Учеб. пособие. М.: Издательский центр «Академия», 2001. – С. 98.

научно обоснованным методам и принятию решений. Анализируя данные, собранные с помощью носимых устройств и цифровых инструментов оценки, преподаватели могут получить глубокое представление об успеваемости учащихся, уровнях физической активности и показателях здоровья. Эта информация позволяет разрабатывать целевые вмешательства, индивидуальные программы тренировок и эффективные стратегии для улучшения результатов физического воспитания. Кроме того, аналитика данных позволяет отслеживать прогресс с течением времени, предоставляя ценный инструмент для оценки влияния педагогических подходов и интеграции технологий на обучение и благополучие учащихся⁴.

Технологии способствовали беспрецедентному уровню глобального сотрудничества между преподавателями физкультуры и специалистами по спортивной подготовке. Онлайн-платформы, социальные сети и профессиональные сети позволили обмениваться ресурсами, передовым опытом и инновационными методами обучения через границы. Эта тенденция к глобальному сотрудничеству обогащает профессиональное развитие педагогов, знакомя их с различными точками зрения и подходами к интеграции технологий в физическое воспитание. Кроме того, он укрепляет чувство общности среди профессионалов, поощряя обмен идеями и совместные усилия по развитию сферы физического воспитания и спортивной подготовки во всем мире.

Глобальные тенденции интеграции технологий в физическое воспитание и спортивную подготовку иллюстрируют динамичную и развивающуюся область, характеризующуюся внедрением инновационных цифровых инструментов и подходов. Эти тенденции подчеркивают потенциал технологий для преобразования физического воспитания, делая его более персонализированным, интересным и эффективным. Поскольку преподаватели и политики продолжают изучать и использовать эти технологические достижения, будущее физического воспитания выглядит многообещающим, поскольку оно может значительно улучшить здоровье, физическую форму и благополучие учащихся по всему миру.

ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Бокс: учебник для ин-тов физкультуры; под общ.ред. И.П. Дегтярева. - М.: ФиС, 1979. – 279 с.

⁴ Саломов Р.С. Спорт машгулотининг назарий асослари. – Т., Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия институти, 2005. – Б. 26.

2. Виленский М.Я., Горшков А.Г. Основы здорового образа жизни студентов: Учебное пособие. – Москва: Кнорус, 2012. – 239 с.

3. Лубышева Л.И. Социология физической культуры и спорта: Учеб. пособие. М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 240 с.

4. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты. – СПб.: Издательство «Лань», 2005. – 384 с.

5. Саломов Р.С. Спорт машфулотининг назарий асослари. – Т., Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия институти, 2005. – 261 бет.

6. Сапожникова О. В. Фитнес: учеб. пособие; – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2015. – 144 с.

7. Anderson, J. M., & Liu, X. (2021). Advances in wearable technology for physical education. Springer.

8. Bennett, H. R., & Patel, S. K. (2019). The impact of augmented reality on learning in physical education settings. *Journal of Educational Technology & Innovation*, 12(3), 45-59.

9. Smith, J., & Zhao, Y. (2021). Data privacy in educational technology: Concerns and solutions. *Journal of Digital Ethics in Education*, 7(3), 205-219.

10. Watkins, L. (2019). Professional development in the use of technology in physical education: A systematic review. *Journal of Teacher Education for Physical Education*, 28(1), 80-93.