



**Бниу
БелГУ**
BELGOROD STATE
UNIVERSITY (BSU)



СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА



Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное
учреждение высшего образования «Белгородский государственный
национальный исследовательский университет» (НИУ «БелГУ»)

Педагогический институт
Факультет физической культуры

**СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

Сборник научных статей по итогам
Международной научно-практической конференции

25 ноября 2022 года



г. Белгород, 2022

Исследование использования предметов художественной гимнастики для повышения эффективности физической подготовленности девочек 7–8 лет Нарожная Ю.Г., Николаева Е.С.	331
Исследование динамики силы тяги в воде у квалифицированных пловцов Нестерова М.В., Башкатов В.Ю., Зеленкевич С.М., Макушкин А.С.	336
Организация подготовки групп спортивного совершенствования в ведомственных вузах МВД России Никифоров С.В., Кудрявцева В.В.	340
Методика развития гибкости у девочек, занимающихся чир спортом Николаева Е.С., Васильева Ю.С., Школина Т.И., Миронова Т.А.	342
К вопросу об использовании нестандартного оборудования в силовой подготовке занимающихся спортивными единоборствами Никулин И.Н., Меркер Н.В., Руденко Н.Н., Каплун И.И.	345
Особенности проектирования электронной экспертной системы сопровождения тренировочного процесса в армрестлинге Никулин Э.И., Никулин И.Н., Ломакин В.В., Путивцева Н.П.	348
Особенности развития выносливости в футболе Петренко О.В., Костенников А.Н., Ермоленко А.П., Съедин Я.Н.	353
Особенности развития физических качеств юных пловцов Писарева А.С.	355
Особенности тактической подготовки пловцов на средние дистанции Писарева П.С., Миронова Т.А., Закурдаев А.С., Сокорев В.В.	357
Отличительные особенности методики силовой тренировки в спорте и фитнесе Плаксина Д. Г., Рыльский С. В., Кожанова Л.И., Ильин А.В.	361
Спортивные балльные танцы. характеристика латиноамериканской программы Подорванов А.Ю., Амурская О.В.	367
Современные технологии подготовки специалистов в сфере спортивной и профессиональной деятельности Попов А.В.	370
Особенности технической подготовки юных футболистов Ращектаев Д.В., Амурская О.В., Адонин А.А.	373
История развития акробатики и ее значение в Белгородской области Родченкова Е.М., Рыльский С.В.	375
Развитие гибкости у фигуристов на тренировочном этапе Романова В.А., Посохов А.В.	379
Некоторые пути повышения эффективности соревновательной деятельности у юных игроков в футболе и мини-футболе Руцкой И.А., Лутай Д.Ю., Гордеев К.Ю., Мастеров В.В., Жилмостных Д.В.	381
Разработка электронной системы планирования тренировок в спортивных единоборствах Никулин Э.И., Никулин И.Н., Ломакин В.В., Ручнов А.М.	383
Эффективность цифровизации в оптимизации и наглядности учебного процесса в образовательной деятельности Савенков Г.И.	387
Вклад мышц рук и туловища в результат преодоления дистанции свободным стилем у лыжников-гонщиков Самборский А.Г., Восковский С.А.	390
Использование средств фитнеса в процессе физической подготовки в велоспорте-маунтинбайке Свешникова И.А., Рыльский С.В.	392

С точки зрения тактики действия футболистов в условиях упражнений типа "квадрат", при выполнении которых владеющие мячом имеют численное превосходство, отличаются от ситуаций, имеющих место в ходе соревновательной деятельности, связанных со взятием ворот, где атакующим игрокам приходится действовать при численном равенстве или превосходстве обороняющихся игроков. Поэтому, такие упражнения не могут способствовать развитию у футболистов тактических умений действовать при преодолении обороны вблизи ворот соперника.

Постоянное использование в тренировочном процессе упражнений, целью которых является удержание игроками мяча в ограниченном пространстве, также не способствует стремлению футболистов забивать голы.

С рассмотренных позиций (техники, тактики, психологии) авторы считают упражнения типа "квадрат" малоэффективными для тренировки квалифицированных футболистов и должны применяться только лишь в разминке футбольных команд различного возраста и квалификации.

Литература

1. Казаков П.Н. Футбол.- М.: Физкультура и спорт, 2009.- 236 с.
2. Кочетков А.П. Целостный подход в работе тренера с профессиональной командой по футболу. Учебно-методическое пособие для слушателей ВШТ, студентов старших курсов Академии ФК.- М.: С. Принт, 2010.- 138 с.
3. Тюленьков С.Ю., Губа В.П., Прохоров А.В. Теоретико-методические аспекты управления подготовкой футболистов. Учебное пособие. – Смоленск: ТОО Информационно-коммерческое агентство. 1997.- 116 с.

РАЗРАБОТКА ЭЛЕКТРОННОЙ СИСТЕМЫ ПЛАНИРОВАНИЯ ТРЕНИРОВОК В СПОРТИВНЫХ ЕДИНОБОРСТВАХ

Никулин Э.И., Никулин И.Н., Ломакин В.В., Ручнов А.М.

*Белгородский государственный национальный
исследовательский университет, Россия, г. Белгород
1250695@bsu.edu.ru; nikulin_i@bsu.edu.ru*

Аннотация. В статье представлена разработанная электронная система планирования тренировок в спортивных единоборствах. Система ориентирована на учет особенностей тренировочной деятельности применительно к единоборствам, эффективность которой во многом зависит от комплексного развития как физических способностей, так и технико-тактических навыков. Представлена пошаговая инструкция по заданному алгоритму разработки программы с учетом специфики решения частных задач спортивной тренировки.

Ключевые слова: спортивные единоборства, соревновательная деятельность, электронная система, методика тренировок, физическая и технико-тактическая подготовка, информационные технологии.

С развитием технологий повышается важность использования информационных ресурсов при планировании тренировочного процесса для спортсменов при подготовке к соревнованиям. Существует необходимость использования современных технологий и в спортивных единоборствах. Спортивные единоборства - это состязание двух участников, которые соревнуются по правилам соответствующих видов спорта. Единоборства бывают боевые и спортивные. В России насчитывается несколько десятков спортивных видов единоборств. Наиболее популярными из них в нашей стране по количеству занимающихся являются: бокс, спортивная борьба, дзюдо, самбо, каратэ, рукопашный бой, тхэквондо и армрестлинг. По данным официальной статистической отчетности Министерства спорта

РФ за 2021 год по форме №1-ФК указанными видами в России официально занимаются в общей сложности 2 594 600 человек [5]

Одной из важных проблем в организации эффективного тренировочного процесса в спортивных единоборствах является его индивидуализация [1,4,6]. Особую сложность в этом плане представляют именно единоборства, так как успех соревновательной деятельности в них во многом зависит от комплексного развития как физических способностей, так и технико-тактических навыков. Во избежание преждевременного истощения резервных возможностей и чрезмерного угнетения механизмов адаптации организма спортсменов уже в юном возрасте необходимо индивидуальное планирование тренировочных и соревновательных программ, с активным использованием различных факторов и условий.

Эффективность тренировочной и соревновательной деятельности во многом зависит от умений тренера разработать тренировочную программу. Проблема индивидуализации тренировочного процесса может более эффективно решаться с помощью специального разработанного ПО. Экспертная система «ArmSearch» создана для того, чтобы тренеры и спортсмены могли сформировать методику проведения тренировок эффективно и за короткое количество времени. В зависимости от целей и задач пользователя, программа подбирает наилучший вариант для проведения тренировок.

Для использования программы требуется только браузер и подключение к сети Интернет. При открытии программы, пользователь переходит в главное меню приложения (рис. 1).

Все созданные программы хранятся на общедоступном диске Google. Тренер может создавать новые программы, изменять или удалять.

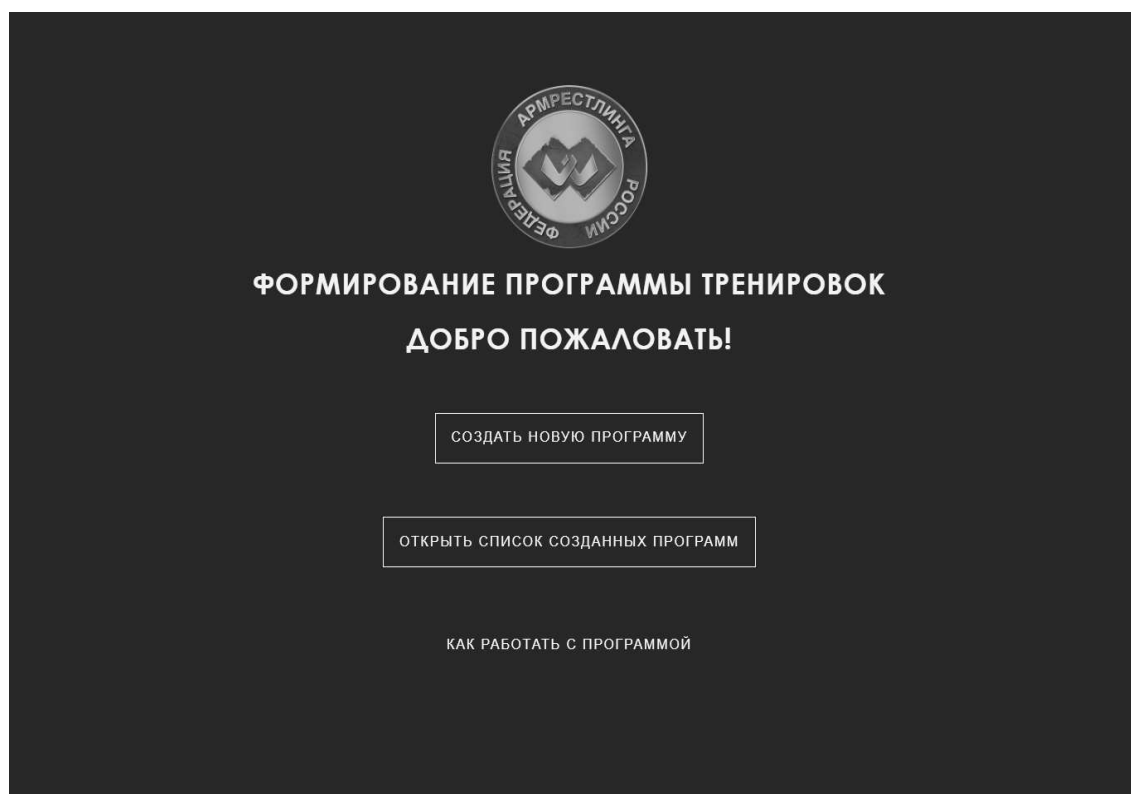


Рисунок 1 – Главное меню программы

При формировании новой программы, пользователь переходит на стартовый экран (рисунок 2). Необходимо выбрать основной вид подготовки: физическую или технико-тактическую.

Экспертная система ведет пользователя по заданному алгоритму (рис. 3). Выбирая задачи, которые ему необходимо решить с помощью программы тренировок, система подбирает ту программу, которая лучше всего удовлетворит его запросам.

В любой момент пользователь может вернуться в главное меню, кликнув по соответствующей кнопке, либо получить инструкцию по работе с программой, кликнув на кнопку «Помощь».

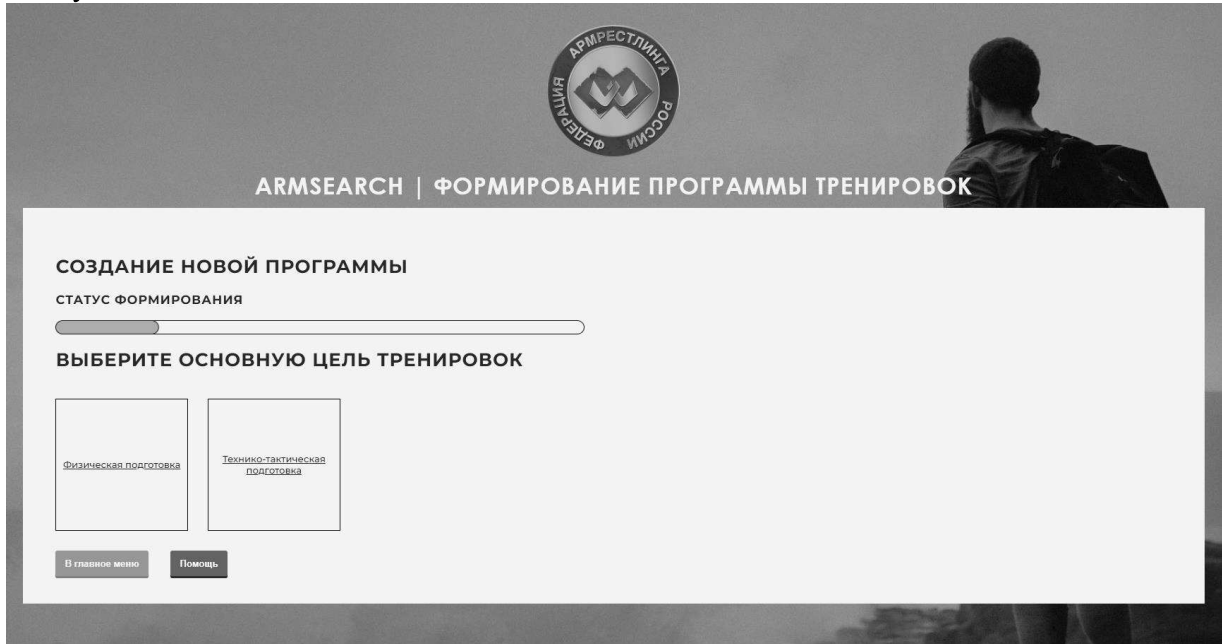


Рисунок 2 – Стартовый экран подбора программы тренировок

Программа адаптирована под любые размеры мониторов, ее также можно использовать с мобильных устройств.

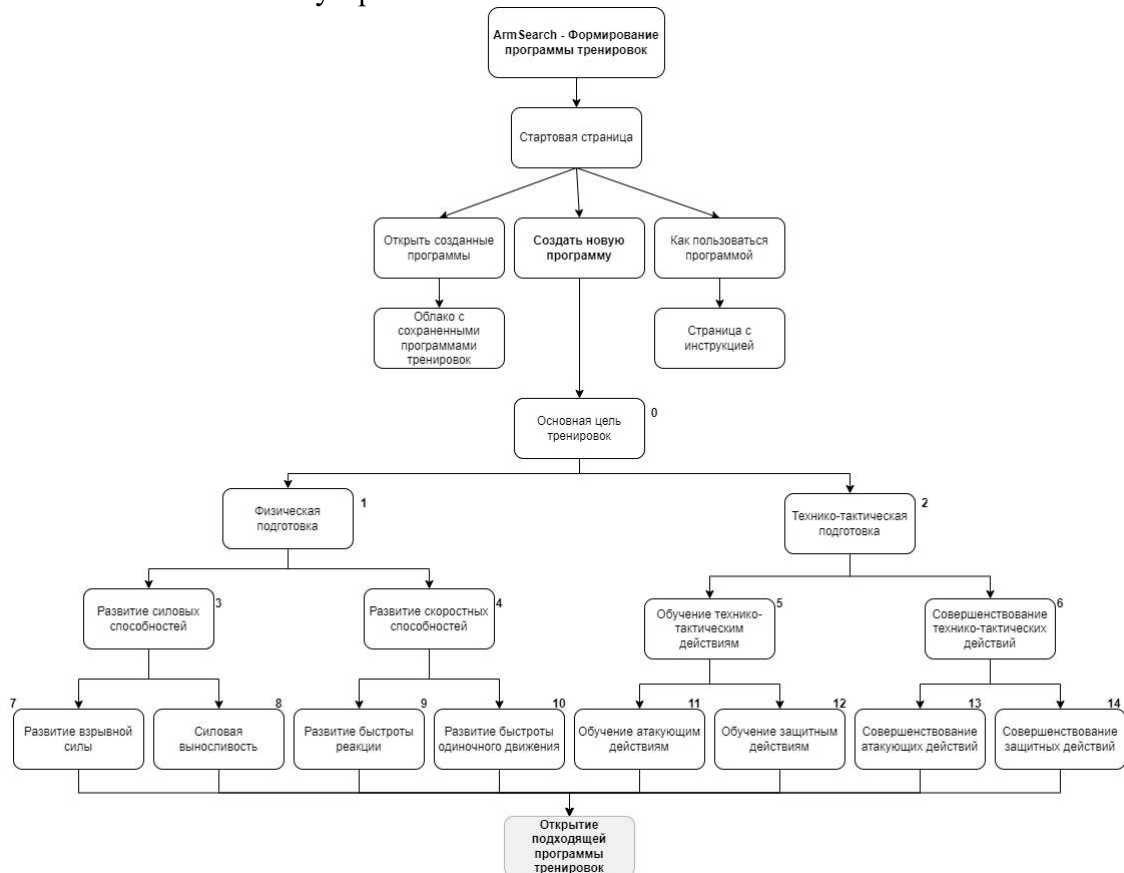


Рисунок 3 – Алгоритм работы системы

При выборе «Физическая подготовка» пользователь переходит на следующий экран (рис. 4). По мере прохождения формирования программы заполняется шкала «Статус формирования», что информирует пользователя, на каком этапе он находится. Кроме этого, под вариантами выбора пользователь видит, какие задачи сохраняет система для формирования программы тренировок.

Если пользователь ошибся в выборе – на каждом шаге он может либо вернуться в главное меню, либо вернуться на шаг назад, по соответствующим кнопкам внизу страницы.

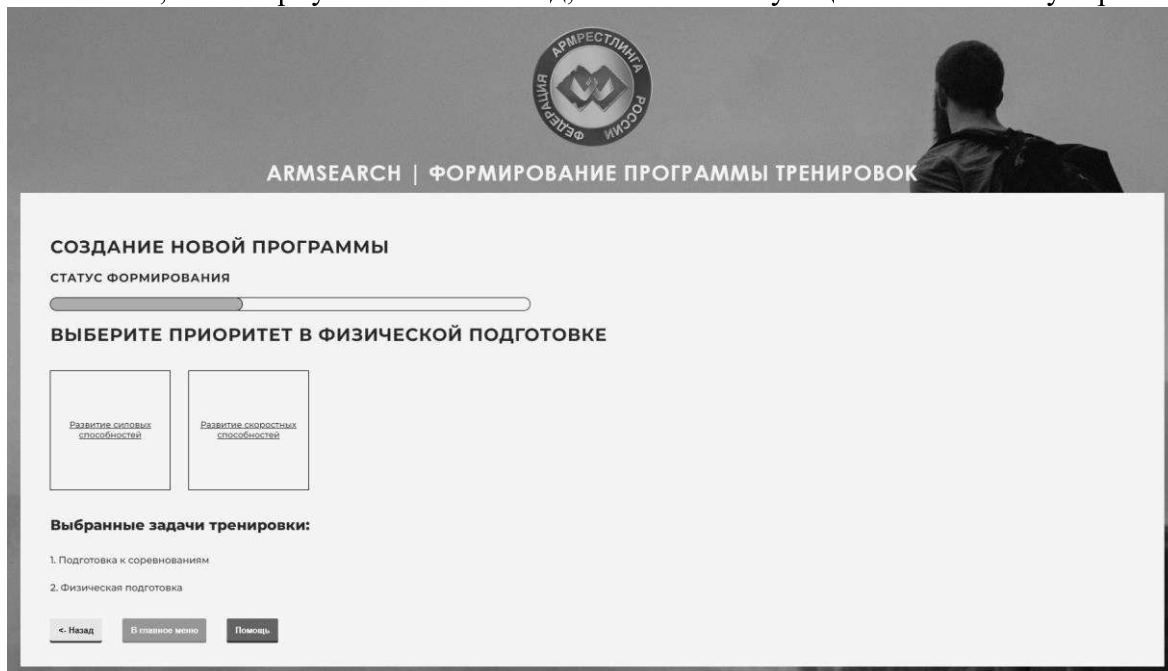


Рисунок 4 – Процесс формирования программы

Когда система получила ответы на все вопросы, пользователь попадает на последнюю страницу с заполненным статусом и уведомлением о том, что программа тренировок сформирована (рис. 5).

Для того, чтобы получить доступ к сформированной программе, пользователю необходимо нажать на соответствующую кнопку, после чего, он перейдет в документ, сохраненный на сервере Google Drive.

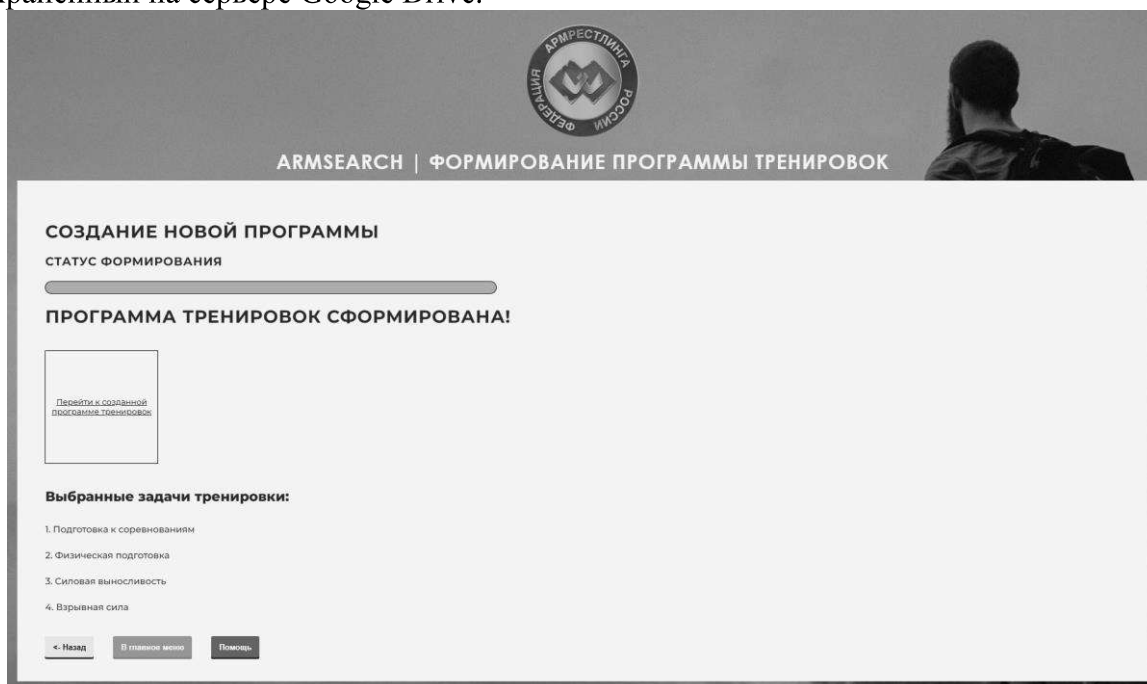


Рисунок 5 – Уведомление о том, что программа сформирована

Пользователь может сохранить данную программу у себя на локальном устройстве, а также вернуться в главное меню, чтобы начать процесс заново. Программы тренировок составлены квалифицированными тренерами с большим опытом, что обеспечит спортсменам качественный результат при дисциплинированном подходе к тренировкам.

Литература

1. Губа В.П. Особенности индивидуализации двигательных способностей в подготовке юных спортсменов / В.П.Губа // Физическая культура, воспитание, образование, тренировка.–2009. – No2. – С. 41-44.
2. Никулин И.Н. Проектирование информационной системы проведения соревнований по армрестлингу / И.Н. Никулин, Э.И. Никулин, К.А. Польщиков, А.В. Посохов / Актуальные проблемы теории и методики армрестлинга, бодибилдинга, гиревого спорта, мас-рестлинга, пауэрлифтинга и тяжелой атлетики. Вып. 7 : сб. науч. статей / Чуваш. гос. пед. ун-т ; под ред. В. П. Сименя. – Чебоксары : Чуваш. гос. пед. ун-т, 2020. – С.51-56.
3. Платонов, В.Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов / В.Н. Платонов. – М.: Спорт., 2019. – 656с.
4. Сальников В.А. Индивидуальное различие как основа оптимизации спортивной деятельности/ В.А.Сальников // Теория и практика физической культуры . – 2003. – No7.–С.2-9.
5. Физическая культура и спорт. Статистическая информация. <http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/statisticheskaya-inf/> (дата обращения 5.11.2022).
6. Bompa, T.O. Physiological Intensity Values Emploued to Plan10. Endurance Training / T.O. Bompa // Track Technique. – 1989. – vol. 108. – pp. 3435-3442

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ЦИФРОВИЗАЦИИ В ОПТИМИЗАЦИИ И НАГЛЯДНОСТИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Савенков Г.И.

*Белгородского юридического института МВД России имени И.Д. Путилина
savenkovgennadiy@bk.ru*

Аннотация. В статье проводится анализ формируемых в современных условиях тенденций цифровизации образования и их влияние на образовательный процесс. В ходе проведения анализа определяются факторы, способствующие введению в образовательный процесс инновационных цифровых технологий, а также определяется амбивалентное влияние цифрового дискурса на образовательный процесс. Авторы уделяют внимание проблемам, препятствующим проведению цифровой трансформации в Российской Федерации и предлагает пути их решения.

Ключевые слова: цифровая трансформация, инновационные технологии, образовательный процесс, искусственный интеллект.

Информационные технологии в настоящее время – необходимый элемент для обеспечения высокого уровня организации всех областей общества. Можем отметить, что в прошедшем десятилетии произошло усовершенствование работы органов государственного управления, высокотехнологичных производств, а также предприятий сферы обслуживания. А в текущем десятилетии цифровые технологии станут инструментом улучшения образовательного процесса.

Так, стратегия «Цифровая трансформация образования» Российской Федерации содержит стратегические инициативы по разработке цифровых сервисов с 2021 по 2030 год: