

ДОКЛАД  
на городском конкурсе «Дополнительный бренд»

Рахманов В.А., педагог дополнительного образования  
МУДО ЦДОДД

Актуальные условия развития сферы тяжёлой атлетики и физической культуры требуют использования современных технологий, как в образовательном, так и в тренировочном процессе. В настоящее время, при переходе на дистанционный формат спортивной подготовки практически невозможно организовать тренировочный процесс без применения информационных технологий. Грамотное внедрение информационных технологий в практику различных видов спорта будет давать возможность планировать и контролировать подготовку спортсменов, отслеживать и корректировать их общую двигательную активность, следить за психофизиологическим состоянием, анализировать влияющие факторы и способствовать повышению эффективности тренировочных занятий.

Использование информационных технологий в тренировочном процессе начального этапа спортивной подготовки в виде спорта тяжёлая атлетика будет способствовать более эффективному освоению техники тяжёлой атлетики, совершенствованию общей физической подготовки и повышению мотивации к самостоятельным занятиям.

Повышению эффективности занятий тяжёлая атлетика значительно способствует использование информационных технологий. Информационные технологии на занятиях тяжёлая атлетика позволяют значительно расширить содержательные возможности занятия, так как посредством информационных технологий (компьютерные презентации, мультимедиа - и видеопозаказ и др.) решается важная задача физического обучения - наглядный показ соревнований, соревновательных упражнений и правильной техники выполнения отдельных двигательных навыков

позволяет оценить выполнения упражнения каждому учащемуся и увидеть свои недостатки.

С этой целью разработано множество информационных материалов, включающих слайдовые презентации, видеосюжеты и др. по таким темам программы, как теоретическая и практическая подготовка.

Когда в первый раз слышишь фразу «компьютер на занятиях тяжёлая атлетика», то сразу возникает недоумение и вопрос: «Разве это совместимо? Ведь спорт – это, прежде всего движение». На самом деле в наше время это достаточно хорошо приветствуется в школах, ВУЗах, секциях и т.п.

При использовании компьютера на тренировке информация представляется не статичной не озвученной картинкой, а динамичными видео и звукорядом, что значительно повышает эффективность усвоения материала.

На тренировках применение телевизионный монитор позволяет облегчить процесс обучения, так как этот спорт технически сложен.

Использование современных образовательных технологий позволяет решать следующие задачи:

1. Развитие личности учащегося, подготовка индивида к комфортной жизни в условиях информационного общества.
2. Развитие мышления, (например, наглядно-действенного, наглядно-образного, интуитивного, творческого, теоретического видов мышления).
3. Развитие коммуникативных способностей.

На занятиях по тяжёлой атлетике применение компьютерных технологий даёт следующие результаты:

- Повышение уровня наглядности;
- Популяризация данного вида спорта посредством показа фрагментов спортивных соревнований, жизни знаменитых спортсменов и др.;
- Расширение знаний учащихся об истории развития физкультуры и спорта и его влиянии на человека;
- Возможности использования видеозаписей процесса выполнения учащимися упражнений и последующем их просмотре, анализе и «работе над ошибками» при просмотре видеоматериалов собственных выступлений.

Применение информационных технологий также поможет снизить травматизм на занятиях, мотивировать человека.

Используемая литература и интернет – ресурсы:

<http://pedsovet.su> (Pedsovet.su)

<https://infourok.ru> (Infourok.ru)

<https://nsportal.ru> (Nsportal.ru)