

Буркова Яна Анатольевна

студентка

ФГБОУ ВО «Поволжский государственный университет

физической культуры, спорта и туризма»

г. Казань, Республика Татарстан

ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ: ПЕРСПЕКТИВЫ И ВЫЗОВЫ

***Аннотация:** в статье рассматривается вопрос интеграции инновационных технологий в сфере физической культуры и спорта на основе теоретического анализа ряда отечественных научных исследований. Авторы обращают внимание на значимость использования таких технологий, как виртуальная реальность и цифровые решения, для повышения эффективности тренировок, мотивации спортсменов и улучшения результатов. Особое внимание уделяется созданию гибридного подхода, объединяющего инновационные методики с традиционными подходами. В работе выделяются конкретные исследования и экспертные мнения по данной теме, подчеркнута значимость индивидуального подхода к каждому спортсмену.*

***Ключевые слова:** инновационные технологии, физическая культура, виртуальная реальность, мобильные приложения, трекеры активности, гибридный подход, VR-технологии, тренировочный процесс.*

В современном мире физическая культура и спорт приобретают всё большую популярность и доступность для широких слоёв населения. При этом, несомненно, возрастает влияние современных технологий на развитие этой сферы. Использование инновационных цифровых решений способствует повышению эффективности тренировочного процесса, усилению мотивации спортсменов и обеспечению более точного контроля за результатами. Интеграция цифровых технологий в область физической культуры и спорта расширяет доступ к тренировкам и соревнованиям, устраняя необходимость постоянного посещения спортивных залов или специализированных площадок. На это ука-

зывает многие авторы такие, как Левченко А.В., Николаев П.П., Левашкина А.А. [4].

Спортсмены получают возможность использовать мобильные приложения и устройства для мониторинга своей физической активности, контроля показателей здоровья и формы, а также для получения персонализированных рекомендаций по тренировкам.

Кроме того, применение цифровых технологий позволяет осуществлять анализ движений и физических показателей, что в свою очередь содействует более точному и результативному тренировочному процессу. Это особенно важно для профессиональных спортсменов, тренеров и спортивных клубов, где каждая секунда имеет решающее значение. Об этом свидетельствует и научные труды Караман К.В., Вяткина А.А., Новоторова Е.Е., Голубевой Л.А. [2; 3].

В ходе исследования была проведен теоретический анализ отечественных научных трудов по данной теме, опубликованных на порталах eLibrary.ru, КиберЛенинка и Молодой Ученый.

Результаты исследований, проведенных Шмелевым А.Е. (2022), показали, что интеграция инновационных технологий, таких как виртуальная реальность и датчики движения, в физическую культуру и спорт, позволяет улучшить эффективность тренировок и повысить мотивацию спортсменов. В частности, использование виртуальной реальности позволяет создавать симуляции тренировок, которые максимально приближены к реальным соревнованиям, что помогает спортсменам лучше подготовиться к ним [7].

Другие исследования, проведенные Бумарсковым П.А., Гарником В.С., Бумарсковой Н.Н. (2024), выявили, что цифровые решения, такие как мобильные приложения и трекеры активности, помогают спортсменам отслеживать свой прогресс, устанавливать новые цели и поддерживать мотивацию к тренировкам. Такие технологии также упрощают процесс анализа данных и помогают тренерам и спортсменам принимать обоснованные решения по улучшению тренировочного процесса [1].

Инновационные технологии в физической культуре и спорте имеют значительный потенциал для развития и улучшения качества предоставляемых услуг. Интеграция цифровых решений и традиционных методик позволяет создать оптимальные условия для занятий спортом, повысить эффективность тренировок и улучшить результаты спортсменов. На это указывает научные труды Караман К.В., Вяткина А.А., Новоторова Е.Е., Голубевой Л.А., а также преподавателей кафедры педагогики и психологии в сфере физической культуры и спорта Поволжского ГУФКСиТ [2; 3; 5].

Эксперты, такие как А.В. Левченко, П.П. Николаев, А.А. Левашкина, отмечают необходимость создания гибридного подхода, где инновационные технологии служат дополнением к опытным методам тренировки и стратегии соревнований. Важно, чтобы создание интегрированного подхода происходило с учетом индивидуальных особенностей каждого спортсмена, поскольку универсальных решений не существует, что актуализирует важность такого феномена, как психолого-педагогическое сопровождение всех активностей студентов в период их обучения в вузе [4; 6].

В исследовании, проведенном П.А. Бумарсковым, В.С. Гарникым, Н.Н. Бумарсковой, акцентируется внимание на интеграции VR-технологий в тренировочный процесс. Специалисты отмечают, что использование виртуальной реальности позволяет не только улучшать качество тренировок, но и увеличить интерес к занятиям у молодежи, соединяя традиционные методики с инновационными подходами [1; 5].

На основании проведенного теоретического анализа отечественных научных трудов можно выделить несколько ключевых выводов о роли инновационных технологий в сфере физической культуры и спорта, а именно:

- широкий спектр исследований: вопрос внедрения инновационных технологий в спорт и физическую культуру был предметом рассмотрения множества отечественных ученых, что свидетельствует о значимости этой темы;
- эффективность тренировок: использование инновационных технологий, особенно виртуальной реальности и датчиков движения, способствует повыше-

нию эффективности тренировочного процесса. Эти технологии позволяют создавать реалистичные симуляции соревнований, что помогает спортсменам лучше подготовиться к реальным испытаниям;

– поддержка мотивации и отслеживание прогресса: цифровые решения, такие как мобильные приложения и трекеры активности, играют важную роль в поддержке мотивации спортсменов и предоставлении возможностей для отслеживания их прогресса. Это облегчает процесс анализа данных и улучшает качество тренировок;

– гибридные подходы: необходимость разработки гибридного подхода, сочетающего инновационные технологии с традиционными методами, становится все более актуальной. Такой интегрированный подход позволит учитывать индивидуальные особенности каждого спортсмена, что крайне важно в тренировочном процессе;

– интерес молодежи к спорту: внедрение VR-технологий в тренировки не только улучшает качество подготовки, но и повышает интерес молодежи к занятиям спортом, создавая возможности для соединения традиционных и инновационных методов.

Список литературы

1. Бумарсков П.А. Применение инновационных технологий в спорте / П.А. Бумарсков, В.С. Гарник, Н.Н. Бумарскова // Глобальный научный потенциал. – 2024. – №3 (156). – С. 144–146. EDN JYQKQO

2. Вяткин А.А. Инновационные технологии и их применение в физической культуре и спорте / А.А. Вяткин, Е.Е. Новаторов, Л.А. Голубева // Проблемы качества физкультурно-оздоровительной и здоровьесберегающей деятельности образовательных организаций. – Екатеринбург: Российский государственный профессионально-педагогический университет, 2022. – С. 32–36. EDN LTOJRR

3. Караман К.В. Применение инновационных технологий на занятиях физической культурой и спортом / К.В. Караман // Проблемы, современные тенденции развития физической культуры и спорта у учетом реализации

национальных проектов. – М.: Российский экономический университет имени Г.В. Плеханова, 2023. – С. 895–899. EDN VJSNVJ

4. Левченко А.В. Инновационные технологии и их применение в физической культуре и спорте / А.В. Левченко, П.П. Николаев, А.А. Левашкина // Тенденции развития науки и образования. – 2024. – №105–11. – С. 36–39. DOI 10.18411/trnio-01-2024-529. EDN JXUWVY

5. Современный психолого-педагогический взгляд на вопросы формирования профессионализма у будущих учителей физической культуры / Р.Т. Бурганов, С.И. Зизикова, А.В. Иванова [и др.]. – Казань: Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2024. – 144 с. – ISBN 978-5-605-00001-3. EDN IXNTYL

6. Трегубова Т.М. Социально-педагогическое сопровождение как фактор развития академической мобильности студентов в условиях международной образовательной интеграции / Т.М. Трегубова // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. – 2009. – №3–2. – С. 50–55. – EDN WHQYCX.

7. Шмелев А.Е. Инновационные подходы и технологии для подготовки специалистов по физической культуре / А.Е. Шмелев, В.С. Комин, М.Е. Мохова // Проблемы современного педагогического образования. – 2022. – №84-1. – С. 264–267.