

*Дегесов Антон Вячеславович*

студент

ФГАОУ ВО «Северо-Восточный федеральный

университет им. М.К. Аммосова»

г. Якутск, Республика Саха (Якутия)

## **ВЛИЯНИЕ ТЕХНОЛОГИЙ НА ОБУЧЕНИЕ И РАЗВИТИЕ КАДРОВ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ**

***Аннотация:** в статье приводится исследование влияния современных цифровых технологий на обучение и развитие кадров в физической культуре и спорте. В современном мире всё больше внимания уделяется использованию различных инновационных технологий в образовании учащихся. Уроки физической культуры и спортивные занятия не исключение. Конечно же, использование технологий на уроке физкультуры позволяет сделать занятие более интересным, эффективным и доступным для детей и специалистов.*

***Ключевые слова:** технологии, здоровье, физическая культура, спорт, цифровые оборудования, гаджеты, фитнес, кроссфит, CrossFit.*

***Объект исследования** – учебный процесс в образовательных учреждениях по физической культуре.*

***Предметом исследования** – является, способы для развития физических качеств учащихся и использование технологий в спорте, контроль качества выполняемых упражнений-нагрузок с использованием цифровых инструментов.*

Неоспоримо остаются актуальными физические упражнения, повышающие выносливость, гибкость, оттачивающие координацию движений. Можно перечислить несколько существующих групп физических упражнений, такие как, кардио-тренировочные, силовые тренировки, гибкостные упражнения, функциональные тренировки, групповые и индивидуальные занятия. Физическая активность человека является важным аспектом показателей физического здоровья, регулярное занятие спортом стимулирует и укрепляет здоровье.

В статье рассматривается проблема применения цифровых технологий в образовательной среде вуза в области физической культуры и спорта. Цель исследования – изучение цифровых технологий в повышении и контроля двигательной активности на занятиях по физической подготовке. Проблема развития инновационных технологий в спорте и физическом воспитании молодежи и детей стал эффективным инструментом для открытого обсуждения занятий физической культурой и спортом для занимающихся. На сегодня разрабатываются научно-методические литературы по вопросам исследования цифровых инструментов, подготавливаются законодательные материалы, решающие вопросы цифровизации в сфере физической культуры и спорта.

Цифровые инновации обещают удовлетворение требований интересов современного образования по подготовки кадров, благодаря выходу за рамки традиционного подхода и цифровизации в образовательной сфере подготовки кадров по физической культуре. Цифровая трансформация в физической культуре интенсивно развивается в последующем основным направлениям: внутри спортивных сообществ – цифровые инновации меняют и оптимизируют бизнес-процессы; с точки зрения результативности спортивных показателей, цифровизация оказывается влияет на спортивные результаты спортсменов; улучшается качество обслуживания зрителей, болельщиков, фанатов в связи улучшением цифровых платформ платежей на основе блокчейна. Эти технологии такие как интернет вещание, искусственный интеллект, виртуальная реальность, оказывают глубокое влияние на спорт и физическую культуру в целом. Использование технологии в спорте, разрешает проблему тренировок в домашних условиях, например занятие спортом дома через телефитнес, стали удобными различные мобильные приложения по контролю веса, персонально носимые устройства на руке цифровые датчики, системы отслеживания производительности упражнений – дают отдельный комфорт наблюдения на расстоянии. Современные спортивные устройства просто поражают воображение, например очки для велосипедистов, которые строят и показывают маршруты в режиме реального времени, точно так же очки для пловцов собирающие важные показатели на ходу. Есть для футболистов

и бегунов, обувь сенсорным управлением отслеживающая скорость, силу, движение, тягу и другие параметры. Существуют даже костюмы для всего тела, позволяющие отслеживать производительность и координацию мышц во время тренировки. Эти устройства подходят для профессиональных спортсменов и преподавателей, ну и также могут подойти для реабилитации после травм или просто любителям спорта. Технология 5G с интернетом имеет большое влияние в спорте, используется крупномасштабной инфраструктуре в таком как подключенный стадион для отслеживания результатов спортсменов, для аналитики. Профессиональная экипировка спортсменов может состоять из умных костюмов; очков, шлемов, клюшек для гольфа, и прочего. Эти умные спортивные принадлежности могут предоставлять важную информацию для формирования эффективных программ и стратегий тренировок. Современная технология полностью изменила результативность спортсменов, воздействуя на спортивные сооружения, изменив условия спортивной среды, объекты оснащены датчиками системами управления электричеством и освещением, превратились в более умные и экологичные пространства, дают зрителям и спортсменам комфортные условия для проведения спортивных мероприятий.

Вышеперечисленные цифровые инновации имеются в мире, но и у нас в России есть уже программы по которым в качестве первого шага для исполнения данных программ цифровизации в спорте, Министерством спорта РФ была разработана концепция государственной системы подготовки и управления в сфере физической культуры и спорта на период 2019–2024 гг. С учётом мировых тенденций цифровизации, уровень внедрения у нас в процесс управления сферой физической культуры и спорта требует изучения и создания концептуального платформенного подхода, который позволит снизить общий уровень административной нагрузки на субъекты и аппарат управления. Новый подход должен повысить уровень эффективности деятельности всех субъектов физической культуры и спорта. Понимая что обучение и развитие кадров в сфере физической культуры и спорта требует современных подходов, освоения новых методов, тех-

нологий для профессиональной компетентности в новой цифровой среде, требует улучшения условий для работы и цифрового обеспечения, различного оснащения для работы и отдыха после тренировок.

В период развития цифровизации нужно не оставлять без внимания и отдых спортсменов; работников сферы спорта и медицинскую поддержку в подготовке спортсменов и кадров в этой сфере.

Нельзя не упомянуть, что без правильного питания ни одна тренировка не будет полностью эффективной. Кто занимается спортом, обязан наладить правильное питание, необходимы консультации грамотного специалиста по спортивному питанию и нутрициологии, медицинская консультация и наблюдение диетолога. Спортивный диетолог поможет оценить физическое состояние, разработать индивидуальную программу питания, дать рекомендации по способу приготовления пищи, подберет необходимый витаминный комплекс и посоветует много полезного для улучшения мышечной массы.

В заключение следует зафиксировать что, обучение и развитие кадров в сфере физической культуры и спорта играют важную роль в формировании здорового образа жизни, развитии спортивных достижений, укреплении здоровья населения и развитие спортивный инфраструктуры.

### ***Список литературы***

1. Белозеров Е.А. Инновационные технологии на уроках физической культуры / Е.А. Белозеров // Молодой ученый. – 2024. – № 18 (517). – С. 67–70 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://moluch.ru/archive/517/113704/> (дата обращения: 02.06.2025). – EDN PXOWYC