

Маринич Евгений Евгеньевич

канд. пед. наук, старший преподаватель
ФГБОУ ВО «Ивановская пожарно-спасательная

академия ГПС МЧС России»

г. Иваново, Ивановская область

ЭЛЕКТРОННАЯ РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

Аннотация: статья посвящена обоснованию значимости внедрения электронной рабочей тетради в образовательный процесс, обусловленной тенденциями цифровизации системы образования, усилением значения самостоятельной учебной деятельности студентов и потребностью улучшения методов контроля и самооценивания учебных достижений. Рассматриваются структурные компоненты, ключевые функции и дидактический потенциал электронной рабочей тетради применительно к дисциплине физическая подготовка. Подчеркивается её способность упорядочивать учебный материал, организовывать пошаговую деятельность учащихся, стимулировать мотивацию к занятиям, развивать умения рефлексивного анализа и саморегуляции.

Ключевые слова: физическая подготовка, электронная рабочая тетрадь, компоненты, цифровое средство обучения, самостоятельная работа обучающихся, образовательная среда.

Современное образование развивается в условиях цифровой трансформации, охватывающей все элементы образовательной среды вуза – учебное содержание, методику преподавания, инструменты и организационные форматы обучения. В данном контексте возрастает роль разработки и интеграции цифровых учебно-методических материалов, способствующих улучшению качества профессиональной подготовки обучающихся, реализации индивидуальных образовательных маршрутов и расширение возможностей самостоятельной работы [1].

Проблематика развития цифрового сопровождения особенно важна именно в области физической подготовки. Данная учебная дисциплина направлена не только на освоение обучающимися теоретической базы, но также предусматри-

вает развитие двигательных навыков и физических качеств, овладение навыками самоконтроля и формирование устойчивой мотивации к регулярной двигательной активности. Однако существующие традиционные методики не всегда обеспечивают в полной мере организацию последовательной самостоятельной деятельности обучающихся, своевременную подачу обратной связи и объективное отслеживание индивидуальной динамики результатов [6].

Электронная рабочая тетрадь по физической подготовке выступает эффективным инструментом учебно-методического обеспечения в указанных обстоятельствах. Она способствует объединению теоретического материала, практических заданий, инструменты контроля и механизмов рефлексивной оценки в единой цифровой среде. Подобный подход создаёт условия для усиления управленческих аспектов образовательного процесса, активизации учебно-мотивационной деятельности и общего улучшения уровня подготовки обучающихся.

Электронная рабочая тетрадь по физической подготовке является цифровым учебно-методическим ресурсом, предназначенным для последовательного изучения теоретического материала, выполнения практических заданий, фиксации достигнутых результатов, оперативного мониторинга прогресса и рефлексивного осмысления индивидуальных успехов. По сравнению с традиционным бумажным аналогом, этот инструмент характеризуется повышенной мобильностью, интерактивностью и способностью адаптации, что существенно повышает его педагогическое значение [4].

Электронная рабочая тетрадь по физической подготовке должна содержать пять взаимосвязанных компонентов, каждый из которых играет важную роль в процессе обучения.

Организационно-целевой компонент формирует структуру курса и предъявляет учебные цели и задачи дисциплины, детализирует тематическое планирование, устанавливает требования к уровню компетенций, формулирует критерии оценки и предлагает методические советы по выполнению заданий. Дан-

ный компонент помогает обучающимся ясно осознавать общую логику изучаемой дисциплины и понимать конечные образовательные результаты.

Теоретический компонент объединяет краткое изложение ключевых положений физической подготовки, представляя учебный материал по важнейшим направлениям: ценности физкультуры, принципы построения тренировок, основы формирования физических способностей, правила регулирования нагрузок, профилактику травм, техники самоконтроля и аспекты ведения здорового образа жизни. Цифровой формат позволяет представить информацию посредством схем, графиков, изображений и мультимедиа, делая ее понятнее и доступнее для восприятия.

Практический компонент направлен на непосредственную реализацию теории в действии – содержит подборки упражнений, инструкции по проведению тренировок, рекомендации по технике безопасности, стандарты нормативов и индивидуальные планы занятий. Этот компонент обеспечивает связь между теоретическим содержанием дисциплины и практическим достижением поставленных задач.

Контрольно-оценочный компонент служит механизмом оценки степени усвоения материала и фиксации текущих достижений обучающегося. Включает тесты, опросники, контрольные задания, электронные журналы учета показателей здоровья и систему самоконтроля. Такой подход поддерживает постоянный мониторинг успеваемости и позволяет своевременно вносить необходимые коррекционные меры.

Рефлексивный компонент, включающий дневник наблюдений, анкеты для оценки собственного самочувствия, упражнения по оценке личного прогресса и постановки целей самосовершенствования, содействует формированию у обучающихся осознанного подхода к своему физическому состоянию и стимулирует ответственность за собственное физическое развитие.

Таким образом, комплекс перечисленных компонентов электронной рабочей тетради образует единую целостную систему, оптимизируя образователь-

ный процесс и повышая эффективность обучения по дисциплине «Физическая подготовка».

Анализ педагогического потенциала электронной рабочей тетради выявляет несколько основных функций:

- обучающая функция заключается в обеспечении четкого структурированного представления учебного материала, облегчающего восприятие и усвоение знаний;

- организационная функция предполагает создание условий для последовательного выполнения обучающимися запланированных действий и оптимизации структуры самостоятельного обучения;

- контрольная функция реализуется путем введения механизма постоянного мониторинга и самопроверки, позволяющего отслеживать прогресс каждого обучающегося;

- развивающая функция выражается в формировании у обучающихся навыков самоорганизации, самоконтроля и критического анализа собственной деятельности.

- мотивационная функция обусловлена такими характеристиками инструмента, как интерактивность, наглядность подачи информации, возможность наблюдения за индивидуальным развитием и усиление заинтересованности обучающихся в учебном процессе.

Особенную важность электронная рабочая тетрадь приобретает в аспекте увеличения продуктивности самостоятельной работы обучающихся. Ограниченность временных рамок контактных занятий определяет самостоятельную работу как ключевой фактор успешности освоения учебной дисциплины. Использование электронной рабочей тетради обеспечивает целевую направленность самостоятельной деятельности, регламентирует порядок действий, предоставляет инструменты для самопроверки и делает выполнение заданий более контролируемым и предсказуемым процессом [2].

Важным преимуществом электронной рабочей тетради является возможность индивидуализации обучения. Индивидуальные различия в уровне физи-

ческой готовности, мотивации и опыте обучающихся требуют дифференцированного подхода к определению содержания и объема учебных заданий [3]. Применение электронного формата открывает перспективы вариативности уровней сложности упражнений, предоставления дополнительных учебных материалов, учёта индивидуального темпа работы и реализации адресно ориентированной поддержки преподавателя.

Тем не менее, эффективность применения электронной рабочей тетради по физической подготовке зависит от соблюдения ряда важных педагогических требований. Среди них: соответствие ее содержательного наполнения с учебной программой обучения, продуманность внутренней структуры ресурса, удобство навигационного интерфейса, сбалансированное соотношение теоретических и практических элементов, регулярность включения в учебный процесс, а также профессиональная компетентность преподавателей в сфере использования цифровых технологий [5]. Выполнение данных условий позволяет сделать электронную рабочую тетрадь полноценным средством повышения качества образовательного процесса по дисциплине «Физическая подготовка».

Практическую значимость представляет применение электронной рабочей тетради для усовершенствования организации самостоятельной работы обучающихся, расширения арсенала средств текущего контроля, формирования навыков самоконтроля и повышения мотивации к занятиям физической подготовки. Помимо прочего, предлагаемый подход может послужить базой для разработки универсальных цифровых решений учебно-методического сопровождения физической подготовки в разных образовательных организациях.

Таким образом, проведенное исследование позволяет заключить следующее.

Электронная рабочая тетрадь по физической подготовке представляет собой перспективное цифровое средство, которое эффективно используется для организации, сопровождения и контроля образовательного процесса.

Ее педагогическая ценность обусловлена возможностью объединить в единой цифровой среде учебный материал, практические задания, инструменты контроля и механизмы рефлексии.

Применение электронной рабочей тетради способствует активизации самостоятельной работы обучающихся, повышению их мотивации, развитию навыков самоконтроля и улучшению освоения учебной дисциплины.

Эффективность использования электронной рабочей тетради достигается благодаря дидактической целостности ее структуры, строгому соответствию учебным планам, наличию разноуровневых заданий и профессиональному мастерству преподавателей в области цифрового сопровождения учебного процесса.

Потенциальные направления дальнейших исследований связаны с проведением экспериментов по изучению результативности внедрения электронной рабочей тетради по физической подготовке и выяснением ее влияния на повышение качества образовательных результатов обучающихся.

Список литературы

1. Андреев, В. И. Педагогика : учебный курс для творческого саморазвития / В. И. Андреев. – 3-е изд. – Казань : Центр инновационных технологий, 2003. – 608 с.
2. Железняк, Ю. Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Ю. Д. Железняк, В. М. Минбулатов. – 4-е изд., стер. – Москва : Академия, 2008. – 272 с.
3. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания) : учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля / Л. П. Матвеев. – 4-е изд. – Москва : Спорт, 2019. – 520 с.
4. Полат, Е. С. Современные педагогические и информационные технологии в системе образования : учебное пособие для студентов высших учебных

заведений / Е. С. Полат, М. Ю. Бухаркина. – 3-е изд., стер. – Москва : Академия, 2010. – 368 с.

5. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта : учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – 13-е изд., стер. – Москва : Академия, 2018. – 496 с.

6. Хуторской, А. В. Современная дидактика : учебник для вузов / А. В. Хуторской. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2021. – 406 с.