

РОЛЬ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПОВЫШЕНИИ КАЧЕСТВА ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Вашкевич К. С.

*Белорусский государственный университет, Минск, Беларусь
Научный руководитель – Садовникова В. В., канд. пед. наук, доцент*

Введение. В современных условиях высокого темпа жизни, быстро изменяющихся условий и потребностей общества остается актуальной проблема формирования потребности студентов в неспециальном физкультурном образовании и спортивной деятельности. Современные тенденции образования все больше стремятся соответствовать потребностям общества. Концепция внедрения в процесс образования информационно-коммуникационных технологий набирает все большую популярность.

Цель исследования. Изучить возможности использования информационно-коммуникационных технологий для формирования двигательной культуры студентов.

Материалы и методы исследования. Основной метод исследования – анализ и обобщение научно-методической литературы по проблеме актуализации физического воспитания студенческой молодежи.

Результаты исследования. Термин «информационно-коммуникационные технологии» (ИКТ) состоит из трех компонентов: «информация», «коммуникация» и «технологии». Цель любого общения состоит в том, чтобы вызвать изменения к лучшему, повлиять на какие-либо действия с целью содействия общему благополучию группы людей или организации, то есть, слова, буквы, символы и сообщения, которые придают какой-либо смысл, называются информацией. Коммуникация заключается в передаче, обмене сообщениями, фактами, идеями, мнениями или эмоциями двух и более лиц. Технологией в данном случае выступают непосредственно сам метод и устройства, используемые для эффективной коммуникации. ИКТ определяются как сочетание информационных технологий с другими, смежными технологиями, особенно с коммуникационными. Определение подразумевает, что ИКТ будут использоваться, прикладываться и интегрироваться в деятельность по работе и обучению на основе концептуального понимания и методов информатики [4, с. 21].

Экономика страны напрямую зависит от развития образовательного сектора. Высшее образование стимулирует конкурентоспособность и создание рабочих мест. Инновационное использование информационно-коммуникационных технологий потенциально способствует решению множества проблем. ИКТ повышают гибкость предоставления образования, благодаря чему студенты могут получать доступ к знаниям в любое время и из любого места. ИКТ могут повлиять на способ обучения студентов и то, как они учатся, поскольку теперь процессы управляются самими учащимися, а не преподавателями. Это в свою очередь лучше подготовит учащихся к обучению на протяжении всей жизни, а также внесет вклад в отрасль образования.

Следовательно, может улучшить качество образования и таким образом внесет вклад в экономику. Благодаря этому, обеспечивается ряд материальных и нематериальных выгод для всех заинтересованных сторон, вовлеченных в экономический рост страны [2, с. 40].

В современном информационном обществе наблюдается появление людей, обучающихся на протяжении всей жизни. Чтобы идти в ногу с последними разработками, обществу необходимо получить доступ к знаниям с помощью ИКТ. В таком сценарии образование всегда играет решающую роль в любом экономическом и социальном росте страны. Образование не только повышает производственные навыки человека, но и, соответственно, повышает материальные возможности. Это дает индивиду ощущение благополучия, а также способность усваивать новые идеи, увеличивает его социальное взаимодействие, дает доступ к улучшению здоровья и предоставляет еще ряд нематериальных преимуществ. Разные виды ИКТ-продуктов, доступных и имеющих отношение к высшему образованию, такие как телеконференции, электронная почта, аудио-конференции, онлайн-занятия, радиопередачи, интерактивные консультации, интерактивная система голосового ответа, широко используются в образовании. Только посредством образования и интеграции ИКТ в образовательный процесс можно научить студентов быть участниками процесса роста в эпоху быстрых перемен.

Информационно-коммуникационные технологии могут использоваться в качестве информативного, ситуационного, конструктивного и коммуникативного инструмента в процессе обучения и формирования двигательной активности студентов. Рассмотрим каждый инструмент подробнее.

1. *Информативный инструмент* предоставляет огромное количество данных в разных форматах, таких как аудио-, видеоматериалы, документы и т. п. ИКТ также позволяют создавать цифровые ресурсы, такие как цифровые библиотеки, где студенты и преподаватели могут получить доступ к исследовательским материалам и материалам курсов из любого места в любое время. Такие средства допускают создавать группы по интересам как для получения новых знаний (научные сообщества), так и для совместного времяпровождения. Гуманизация и гуманитаризация образования влечет за собой всю большую популярность активного и здорового образа жизни. Создание групп, каналов в социальных сетях охватывает большую аудиторию и постепенно распространяется за пределы стран [3, с. 40].

2. *Ситуационный инструмент* заключается в возможности создания ситуаций, с которыми студент сталкивается в реальной жизни – возможности моделирования и использования виртуальной реальности. Использование ИКТ в образовании развивает навыки более высокого порядка, такие как сотрудничество во времени и месте, а также решение сложных проблем реального мира. Это улучшает восприятие и понимание мира студентами. Возможности компьютерного моделирования широко используются в тактической подготовке спортсменов [1, с. 144].

3. *Конструктивный инструмент* необходим для манипулирования

данными и проведения анализа. ИКТ могут играть ценную роль в мониторинге и регистрации успеваемости обучающихся в зависимости от времени, места и разных видов деятельности. Можно предположить, что образование, основанное на ИКТ, обеспечит большую надежность, достоверность и эффективность сбора данных и большую простоту анализа, оценки и интерпретации на любом образовательном уровне. При отсутствии ИКТ большая часть ответственности за преподавание и обучение лежит на педагогах.

4. *Коммуникативный инструмент* можно использовать для устранения коммуникационных барьеров, таких как пространство и время. ИКТ изменили динамику разных отраслей промышленности, а также повлияли на то, как люди взаимодействуют и работают в обществе. Использование Интернета дома и на работе выросло в геометрической прогрессии. ИКТ обладают потенциалом для устранения барьеров, которые вызывают проблемы низкого уровня образованности в той или иной сфере. Так связь между педагогом и студентом становится более тесной, характеризуется быстротой и своевременностью получения информации по конкретному вопросу [5, с. 357].

Выводы. Современное общество невозможно представить без повсеместного использования информационно-коммуникационных технологий. Внедрение данных технологий в образовательную сферу жизни наиболее ощутимо. Использование инструментов ИКТ позволяет повысить эффективность обучения и способствует более качественному образованию.

Литература:

1. Букатин, А. Ю. Развитие спорта / А. Ю. Букатин, Ю. С. Лукашин. – М.: Физкультура и спорт: ил., портр. – Азбука спорта. Федеральная программа книгоиздания России, 2013. – 182 с.

2. Вашкевич, К. С. Использование информационно-коммуникационных технологий в физическом воспитании / К. С. Вашкевич // Формирование культуры безопасности жизнедеятельности и здорового образа жизни студенческой молодежи: материалы II Международной научно-практической интернет-конференции, 23–24 марта 2023 г., Минск, Беларусь / БГУ, Фак. социокультурных коммуникаций, Каф. экологии человека; [редкол.: И. В. Пантюк (отв. редактор) и др.]. – Минск: БГУ, 2023 г. – С. 39-42.

3. Вашкевич, К. С. Спорт как социальный институт в Белорусском государственном университете / К. С. Вашкевич // Научно-методическое обеспечение физического воспитания и спортивной подготовки студентов: материалы II междунар. науч.-практ. конференции, посвященной 75-летию кафедры физического воспитания и спорта БГУ, Республика Беларусь, Минск, 31 января 2023 г. / БГУ, Каф. Физического воспитания и спорта; [редкол.: Ю. И. Масловская (гл. ред.) и др.]. – Минск: БГУ, 2023. – С.38-42.

4. Вашкевич, К. С. Формирование социальной активности студентов средствами физического воспитания с использованием ИКТ / К.С. Вашкевич, Н. А. Ушакова //Актуальные проблемы теории и методики физического воспитания и спортивной тренировки: сб. науч. ст. / Брест. гос. ун-т им.

А. С. Пушкина; редкол.: К. И. Белый, В. П. Люкевич, С. К. Якубович. – Брест: БрГУ, 2023. – С. 21-24.

5. Ильин, Е. П. Психология физического воспитания: учеб. для ин-тов и фак. физ. культуры / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2000. – 486 с.

ВЛИЯНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ НА ЗДОРОВЬЕ И УЧЕБНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СТУДЕНТОВ

Езепчик А. И.

*Гродненский государственный университет им. Я. Купалы, Гродно, Беларусь
Научный руководитель – Попко Л. Ф.*

Введение. Древнегреческий философ Аристотель сказал: «Движение – это жизнь, а жизнь – это движение!». И действительно, ученые подтвердили, что двигательная активность необходима человеку. У людей, которые ведут малоподвижный образ жизни, на 15% возникает риск преждевременной смерти. Нарушается работа внутренних систем и органов, начинают проявляться хронические заболевания [4].

И это касается не только офисных работников. Студенты также попадают в группу риска.

Цель исследования. Изучить влияние двигательной активности на здоровье студентов и их учебную деятельность.

Материалы и методы. При написании данной статьи в качестве метода исследования использованы теоретический анализ и обобщение данных литературных источников. Проанализирована научно-методическая литература по вопросам двигательной активности, ее влиянии на организм студентов и их учебную деятельность.

Результаты исследования. Получение профессионально-технического, среднего специального или высшего образования требует немало сил и здоровья. Зачастую студенты пренебрегают последним, жертвуют своим сном, чтобы лучше подготовиться к занятиям, или же не могут долго заснуть, потому что весь вечер не выпускали из рук гаджеты, а вдобавок ко всему не успели выполнить домашние задания. Такой режим дня может причинить серьезный вред организму студентов. Из-за постоянного недосыпа они будут хуже соображать на занятиях, может испортиться зрение. Важно не допустить этого, а начать помогать своему организму.

В первую очередь начать больше двигаться. После умственного труда организму необходима разгрузка. Физическая активность поможет стать более дисциплинированным, укрепит здоровье. Важно заниматься умеренно. Не стоит переутомлять свой организм физическими упражнениями, обязательно надо хорошо питаться.

Сейчас практически вся нужная информация есть в открытом доступе. Достаточно открыть поисковик и ввести нужный запрос. И для этого не