

DOI 10.24411/2541-9056-2020-11014

УДК 796.015.136

**ФОРМИРОВАНИЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ У ЮНЫХ ЛЕГКОАТЛЕТОВ
НА ОСНОВЕ ПРИНЦИПОВ И СРЕДСТВ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ**

А.В. Чеботарев, И.И. Вишнякова, А.А. Лаврентьева

В статье рассматривается технология формирования и оценки теоретических знаний, направленная на решение актуальной проблемы недостатка в практике работы спортивных школ методических разработок, ориентированных на формирование теоретических знаний у юных спортсменов, основанных на применении технологий дистанционного обучения. Объект исследования – процесс формирования теоретических знаний у юных спортсменов. Предмет исследования – технология формирования и оценки теоретических знаний у юных спортсменов-легкоатлетов, основанная на применении дистанционных технологий. Полученные результаты исследования расширяют и дополняют существующие положения теории и методики спортивной тренировки по направлению формирования и контроля знаний у юных спортсменов.

Ключевые слова: теоретическая подготовка, юные спортсмены, дистанционное обучение.

**FORMATION OF THEORETICAL KNOWLEDGE OF YOUNG ATHLETES BASED
ON THE PRINCIPLES AND MEANS OF DISTANCE LEARNING**

A.V. Chebotarev, I.I. Vishnyakova, A.A. Lavrentieva

The article deals with the technology of formation and evaluation of theoretical knowledge and it is aimed at solving an acute problem of the deficiency of methodological tools in the practice of sports schools. These tools are supposed to be aimed at the formation of theoretical knowledge of young athletes and they are based on the use of distance learning technologies. The object of research is the process of forming theoretical knowledge of young athletes. The subject of the research is the technology of formation and evaluation of theoretical knowledge in young athletes-track and field athletes, based on the use of distant technologies. The obtained research results expand the existing provisions of the theory and methodology of sports training in the direction of formation and control of knowledge in young athletes.

Keywords: theoretical training, young athletes, distance learning.

Одним из самых популярных и общедоступностью и большим массовых видов спорта на планете разнообразием легкоатлетических является легкая атлетика. упражнений, простотой техники их Популярность и массовость легкой выполнения, возможностью атлетики объясняются варьировать нагрузку и проводить

занятия в любое время года не только на спортивных площадках, но и в естественных условиях. Однако для того чтобы развивать и совершенствовать свои физические возможности и владеть ими, необходимо иметь необходимый запас научно обоснованных знаний.

В учебно-тренировочном процессе в школе формированию общих и специальных знаний у детей уделяется недостаточно внимания. Как показывает практика, прежде всего тренер-педагог рассчитывает время тренировки, опираясь на практические действия. В ходе тренировки комментарии к упражнениям или объяснения – это лишь малая часть знаний, которую могут дать тренеры по своему виду спорта. Для полного освоения теоретического материала необходимо создавать такие условия, чтобы приобретение знаний в области вида спорта шло в системе с практическими занятиями [2, с. 24].

Помощь в решении данной проблемы может оказать технология дистанционного обучения. На сегодняшний день под дистанционным обучением в Законе об образовании понимаются «образовательные технологии, реализуемые в основном с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии)

взаимодействии обучающихся и педагогических работников» [3].

У данной технологии есть ряд преимуществ: во-первых, снижение затрат на проведение обучения; во-вторых, повышение качества обучения за счет применения современных информационно-компьютерных средств, объемных электронных библиотек; в-третьих, создание единой образовательной среды [2, с. 16].

Помимо этого, дистанционное обучение позволяет развивать способность к самоорганизации и самостоятельности, которые необходимы не только в процессе обучения в образовательном учреждении, но и во время занятий физической культурой и спортом.

Изучение данного вопроса в теории и практике физического воспитания позволило выявить противоречие между широким выбором технологий дистанционного обучения в системе общего образования и недостатком их в практике физического воспитания и спорта.

Актуальность области исследования и выявленное противоречие позволили определить проблему исследования – способствует ли применение дистанционного обучения повышению уровня теоретических знаний воспитанников спортивных школ?

В этой связи целью исследования стало определение эффективности

применения дистанционных технологий в процессе формирования теоретических знаний у юных легкоатлетов.

В ходе исследования проверялось предположение о том, что применение дистанционного обучения в спортивной школе позволит достоверно улучшить показатели уровня теоретической подготовленности юных легкоатлетов.

Для решения поставленных в работе задач использовались следующие методы исследования: анализ научно-методической литературы; беседа; педагогический эксперимент; компьютерное тестирование; математико-статистические методы обработки полученных данных.

Всего в исследовании, которое проводилось на базе спортивной школы олимпийского резерва №5 города Липецка, приняли участие 40 детей в возрасте от 13 до 14 лет. Все участники были поделены на две группы – контрольную и экспериментальную – по 20 человек в каждой.

В ходе исследовательской работы для воспитанников экспериментальной группы была создана на сайте социальной сети «ВКонтакте» группа «Вишнята» (производное от фамилии тренера экспериментальной группы), где каждый участник тренировочного процесса мог: узнавать расписание

тренировок; просматривать обучающие видео по истории, правилам соревнований, видам легкой атлетики; анализировать в ходе просмотра видеозаписи тренировки выполнение собственных упражнений-заданий; получать у тренера персональную консультацию и т.д.

В результате анализа научно-методической литературы, бесед с ведущими и старшими тренерами спортивной школы олимпийского резерва №5, а также личного опыта работы авторов статьи, был создан базовый компьютерный тест, направленный на определение уровня теоретической подготовленности юных спортсменов. Компьютерное тестирование включает в себя 5 блоков:

1. «История легкой атлетики».
2. «Правила соревнований по легкой атлетике».
3. «Жизнедеятельность спортсмена».
4. «Техника безопасности по легкой атлетике».
5. «Классификация видов легкой атлетики».

Каждый блок содержит определенное количество вопросов, позволяющих получить представление об уровне знаний обследуемого человека. Итоговый суммарный тест включает в себя 58 вопросов с вариантами ответов. На наш взгляд, представленные в тесте вопросы (см.

рис. 1) являются базовыми в системе юных легкоатлетов в спортивной формировании теоретических знаний у школе.

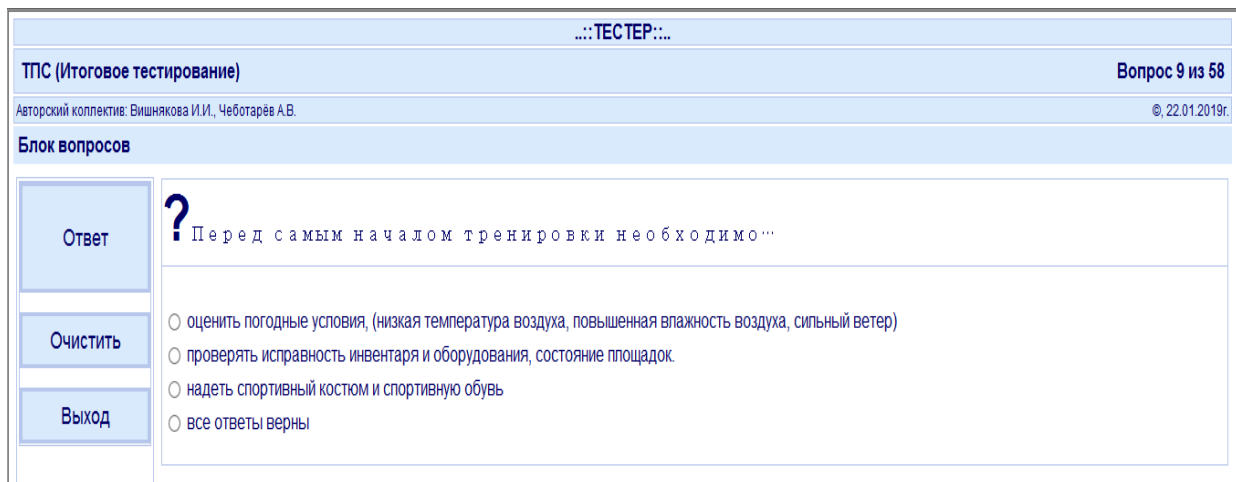


Рисунок 1 – Скриншот тестового вопроса

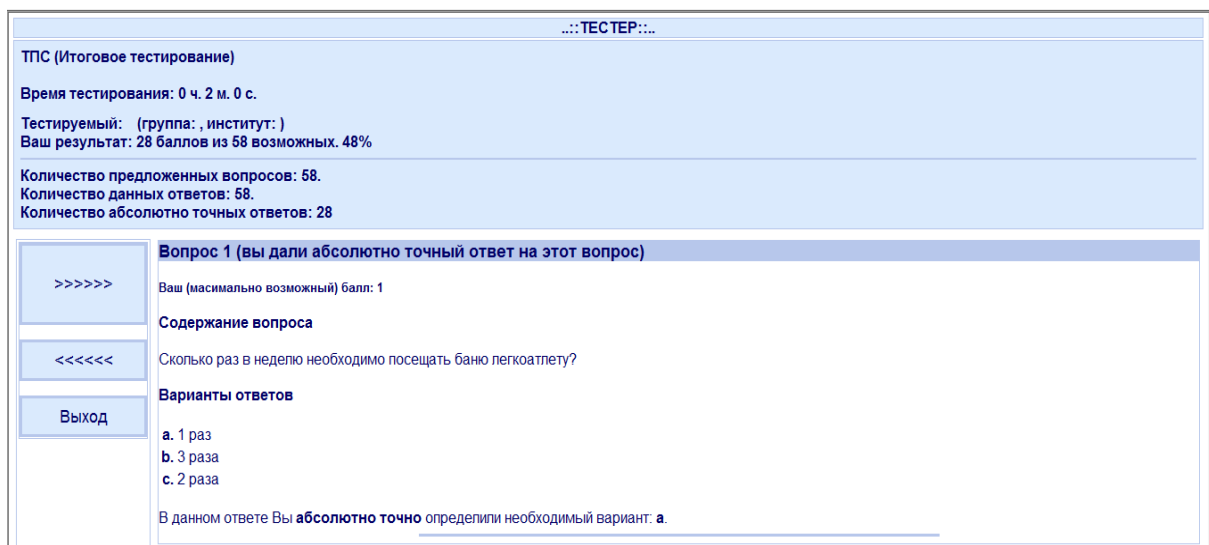


Рисунок 2 – Скриншот итогового результата тестирования

В результате тестирования удается не только получить объективную оценку знаний тестируемого воспитанника спортивной школы, но и выявить пробелы в системе знаний юных спортсменов (см. рис. 2).

Компьютерное тестирование двух групп проводилось в методическом кабинете спортивной школе №5. Спортсмены проходили тестирование по 2 человека одновременно на разных компьютерах. Время прохождения

A.V. Chebotarev, I.I. Vishnyakova, A.A. Lavrentieva

итогового теста в среднем занимало
от 20 до 25 минут. Порядка 4-5 минут
уходило у воспитанников для

прохождения тестирования
отдельно по каждому блоку.

В результате проведенной апробации разработанных программ компьютерного тестирования были получены результаты, представленные в таблице.

Таблица - Результаты компьютерных тестирований

Группы	Единица измерения	Сентябрь-2018 г.	p	Июнь-2019 г.	p
Блок №1 «История легкой атлетики»					
Контрольная группа	%	44±2,2	p>0,05	50±2,5	p<0,05
Экспериментальная группа	%	40±2,1		62±3,1	
Блок №2 «Правила соревнований по легкой атлетике»					
Контрольная группа	%	52±2,6	p>0,05	60±2,8	p<0,05
Экспериментальная группа	%	48±2,4		70±3,5	
Блок №3 «Жизнедеятельность спортсмена»					
Контрольная группа	%	50±2,5	p>0,05	57±2,8	p<0,05
Экспериментальная группа	%	48±2,4		64±3,2	
Блок №4 «Техника безопасности по легкой атлетике»					
Контрольная группа	%	62±3,2	p>0,05	74±3,7	p<0,05
Экспериментальная группа	%	61±3,1		78±3,9	
Блок №5 «Классификация видов легкой атлетики»					
Контрольная группа	%	56±2,8	p>0,05	64±3,2	p<0,05
Экспериментальная группа	%	50±2,5		76±3,8	
Итоговое тестирование					
Контрольная группа	%	50±2,5	p>0,05	62±3,1	p<0,05
Экспериментальная группа	%	48±2,4		68±3,4	

Анализ результатов по блоку №1 «История легкой атлетики» указывает на то, что в ходе исследовательской работы показатель контрольной группы улучшился на 13,6%, в то время как в экспериментальной группе показатель улучшился на 55%. При этом, согласно t-критерию Стьюдента,

по окончании исследования различия результатов между группами стали носить достоверный характер.

Результаты теста по блоку №2 «Правила соревнований по легкой атлетике» говорят о том, что за время исследовательской работы в контрольной группе средний показатель улучшился на 15,3%, а в экспериментальной группе улучшение составило 45,8%. Согласно t-критерию Стьюдента, по окончании исследования различия результатов между группами стали носить достоверный характер.

В блоке №3 «Жизнедеятельность спортсмена» в контрольной группе показатель улучшился на 14%, при этом в экспериментальной группе улучшение составило 33,3%. Различия результатов между группами, согласно t-критерию Стьюдента, по окончании исследования носят достоверный характер.

Результаты по блоку №4 «Техника безопасности по легкой атлетике» указывают на то, что в ходе исследовательской работы показатели контрольной группы улучшились на 19,3%, а в экспериментальной группе показатель улучшился на 27,8%. При этом стоит отметить, что, согласно t-критерию Стьюдента, по окончании исследования различия результатов между группами стали носить достоверный характер.

Результаты теста по блоку №5 «Классификация видов легкой

атлетики» говорят о том, что за время исследовательской работы в контрольной группе средний показатель улучшился на 14,2%, однако в экспериментальной группе улучшение составило 52%. Согласно t-критерию Стьюдента, по окончании исследования различия результатов между группами стали носить достоверный характер.

Анализ результатов итогового тестирования указывает на то, что в ходе исследовательской работы показатели контрольной группы улучшились на 24%, в то время как в экспериментальной группе показатель улучшился на 41%. При этом стоит отметить, что согласно t-критерию Стьюдента, по окончании исследования различия результатов между группами стали носить достоверный характер.

Отсутствие максимально возможного 100% результата в тестах у воспитанников экспериментальной группы связываем с рядом причин:

- во-первых, недостаточным систематическим контролем за уровнем усвоения теоретического материала как по изучаемому блоку, так и по изученным ранее;
- во-вторых, с учебной загруженностью в школе воспитанников экспериментальной группы, т.е. необходимостью в первую очередь изучения большого объема школьного материала;

- в-третьих, с прямым переносом традиционных образовательных технологий (по объему изучаемого материала и времени на его изучение) в дистанционное обучение.

Несмотря на выявленные трудности, результаты, полученные в ходе исследования, позволяют говорить о том, что активное и систематическое применение дистанционных технологий обучения в учебно-тренировочном процессе с юными спортсменами позволяет не только значительно повысить уровень их теоретической подготовленности, но и повысить интерес к занятиям спортом.

Список литературы

1. **Ахметова Д.З.** Дистанционное обучение: от идеи до реализации / Институт экономики, управления и права (г. Казань). – Казань: Познание, 2009. – 176 с.
2. **Дисько Е.Н., Якуш Е.М.** Основы теории и методики спортивной тренировки: учебное пособие. – Минск: РИПО, 2018. – 252 с.
3. **Федеральный Закон** от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – URL: <http://kremlin.ru/acts/bank/36698> (дата обращения: 24.05.2020).

References

1. **Akhmetova D.Z.** Distance learning: from idea to implementation / Institute of Economics, management and law (Kazan). Kazan: Znanie, 2009. – 176 p.
2. **Disco E.N., Yakush E.M.** Fundamentals of theory and methods of sports training: textbook. – Minsk: RIPO, 2018. – 252 p.
3. **Federal'nyj Zakon** ot 29.12.2012 g. №273-FZ «Ob obrazovanii v Rossijskoj Federacii» [Elektronnyj resurs]. – URL: <http://kremlin.ru/acts/bank/36698> (data obrashcheniya: 24.05.2020).

Для ссылки: Чеботарев А.В., Вишнякова И.И., Лаврентьева А.А. Формирование теоретических знаний у юных легкоатлетов на основе принципов и средств дистанционного обучения // Гуманитарные исследования Центральной России. – 2020. – №2 (15). – С. 26–32.