

Так же, на соревнованиях облегчается задача отслеживания результатов различных спортсменов и определения лидерства. В случае бегунов, зачастую, фотофиниш позволяет определить победителя, в особенности, если спортсмены шли почти вровень. Упрощается замер различных характеристик спортсмена и занесения их в общую базу, что существенно ускоряет процесс разбиения на категории и позволяет быстрее приступить к самим соревнованиям.

Особый интерес представляет технология виртуальной реальности.

Эта технология может открыть новые горизонты в подготовке спортсменов, позволив по большей части заменить занятия на стадионах, занятиями в помещениях меньшей площади, сделав их независимыми от погодных условий и более легкими с психологической точки зрения. Технология виртуальной реальности поможет создать оптимальную визуальную среду, способствующую улучшению психологического состояния спортсмена, что должно положительно сказаться на его результатах. Записывая весь процесс тренировки, можно будет определить ошибки спортсмена и внести необходимые корректировки.

Компьютерные технологии позволяют улучшить тренировки не только в сфере профессионального спорта, но и при занятии просто физической культурой.

На сегодняшний день все больше и больше людей ведут малоподвижный образ жизни, что негативно сказывается на физическом состоянии и здоровье. Различные новшества в игровой индустрии могут привлечь простых людей к занятиям спортом дома, большую роль играют различные симуляторы, в особенности танцевальные, позволяющие человеку активно двигаться во время игры.

Все более совершенная технология виртуальной реальности сможет сделать любительский спорт еще привлекательнее, позволив, например, совершить пробежку не на беговой дорожке, а по зеленому лесу или берегу моря.

Все эти аспекты делают спорт более привлекательным для людей, позволяя им отслеживать результаты, составлять оптимальные программы тренировок и осваивать теоретические основы, проще, чем раньше. Так же немаловажна возможность контроля остаточных знаний и более подробного рассмотрения различных техник, в частности на 3D моделях, позволяющих увидеть движения с разных точек и с различными скоростями, тем самым улучшая понимание принципов разных упражнений. Это все улучшает качество подготовки, как профессиональных спортсменов, так и простых людей.

С каждым годом компьютерные технологии все больше и больше проникают в спорт, привлекая все больше и больше людей, заставляя работать над собой и при этом давая хорошую психологическую разгрузку.

Список литературы

1. http://ru.wikipedia.org/wiki/Виртуальная_реальность
2. В.Ю. Волков - «Компьютерные технологии в физической культуре, оздоровительной деятельности и образовательном процессе» Санкт-Петербургский государственный технический университет, Санкт-Петербург 2011 г.
3. П. К. Петров – «Информационные технологии в физической культуре и спорте» Москва «Академия» 2008 г. – 288 с.

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК СРЕДСТВО ВОСПИТАНИЯ ДУХОВНО-НРАВСТВЕННОЙ ЛИЧНОСТИ

Фатеенков М. М., Чернышева И.В., Егорычева Е.В., Ребро И.В., Мустафина Д.А.

Волжский политехнический институт (филиал) Волгоградского государственного технического университета, Волжский, Россия, www.volpi.ru

Физическая культура представляет собой сложное общественное явление, которое не ограничено решением задач физического развития, а выполняет и другие социальные функции общества в области морали, воспитания, этики. Она не имеет социальных, профессиональных, биологических, возрастных, географических границ.

Физическая культура может: формировать интеллектуальные способности; развивать физические качества; формировать научное мировоззрение, гражданственность, активное отношение к труду, эстетические и нравственные качества; обучать методам самовоспитания, самосовершенствования, самоконтроля и коррекции [2].

Физическая культура реализуется в таких формах (компонентах), как физическое воспитание (связанное с освоением физических и духовных сил человека), спорт (их совершенствованием), физическая рекреация (поддержанием), двигательная реабилитация (восстановлением). Внутренним наполнением каждой из них является сочетание интеллектуального, социально-психологического и двигательного компонентов, а также определенной системы потребностей, способностей, деятельности отношений и институтов. Это определяет специфику каждого компонента физической культуры, где преобладающим моментом будет служить одухотворенность физического. Центральным системообразующим фактором, объединяющим все компоненты физической культуры, предстает физкультурно-спортивная деятельность, направленная на физическое совершенствование человека.

В то же время педагогическая практика указывает, что если физическое воспитание «замкнуто» на двигательной деятельности и целенаправленно не воздействует на духовное развитие и чувственную сферу молодого человека, то оно наряду с положительными нравственными качествами может формировать асоциальное поведение и эгоистические устремления личности.

Творческий уровень отражает глубокое понимание и убежденность в практической необходимости использования физической культуры, её социально-духовных ценностей для формирования всесторонне и гармонически развитой личности. Познавательные интересы в области физической культуры включены в общую направленность личности, в систему жизненных ценностей и планов [3].

Преобладание телесного компонента в содержании физического воспитания в ущерб социокультурному приводит к деформации ценностей физической культуры, в результате чего физическое воспитание утрачивает черты гуманистической направленности педагогического процесса, его общекультурной и нравственной содержательности.

Эмоционально-целостное отношение к физической деятельности не формируется спонтанно и не наследуется, оно приобретает личностью в процессе самой деятельности и эффективно развивается с освоением знаний и творческого опыта, с проявлением инициативы и активности в истинном педагогическом процессе.

Роль физической культуры в формировании личностных качеств усиливается в связи с самой ее социальной сущностью, безусловно, гуманистическими функциями, возможностями развития целого ряда основ духовности человека. Высокий эмоциональный фон выполнения различных физических упражнений, особенно в форме эмоционально окрашенных соревнований, способствует развитию склонности к сопереживанию, взаимопомощи, при выполнении дружных коллективных действий, взаимной ответственности за достижение общих целей.

Всесторонне развитая личность быстрее адаптируется в разнообразных условиях жизнедеятельности. Таким образом, мы видим, что физическая культура является мощным средством становления личности[1].

Список литературы

1. Развитие личностных качеств будущих инженеров средствами физической культуры / Попова С.Ю., Чернышева И.В., Шлемова М.В., Липовцев С.П. // Успехи современного естествознания. - 2012. - № 5. - С. 103.
2. Чернышева, И.В. Отношение студентов технического вуза к занятиям физической культурой и спортом / Чернышева, Е.В. Егорычева, С.В. Мусина, М.В. Шлемова // Международный журнал экспериментального образования. - 2011. - №4. - С.97.
3. Чернышева, И.В. Формирование физической культуры личности / И.В. Чернышева, М.В. Шлемова, С.В. Мусина, Е.В. Егорычева // Изв. ВолгГТУ. Серия «Новые образовательные системы и технологии обучения в вузе». Вып. 4 : межвуз. сб. науч. ст. / ВолгГТУ. - Волгоград, 2007. - № 7. - С. 144-145.

АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ЖИЗНИ ИНВАЛИДОВ

Фильчаков С.А., Чернышева И.В., Шлемова М.В., Егорычева Е.В.

*Волжский политехнический институт (филиал)
Волгоградского государственного технического
университета, Волжский, Россия, www.volpi.ru*

Во всём мире, рост инвалидности среди населения, связан с ухудшением экологии, увеличением транспортных потоков, усложнением производственных процессов и другими причинами. Инвалидность представляет собой социальный феномен и поэтому каждое государство формирует социальную и экономическую политику в отношении инвалидов.

Адаптивная физическая культура помогает компенсировать, а иногда и восстановить физические и интеллектуальные способности, способствует повышению функционального состояния организма, улучшению физических качеств, психоэмоциональной устойчивости и адаптационных резервов организма человека. Главное, - адаптивная физкультура позволяет решать задачу интеграции инвалида в общество[2].

Физкультурно-оздоровительная активность в таких случаях является действенным средством профилактики и восстановления нормальной жизнедеятельности организма. Причем речь идет не просто о восстановлении нормальных функций организма, но и о восстановлении трудоспособности и приобретении трудовых навыков. С помощью адаптивной физкультуры у инвалидов вырабатывается твердая уверенность в своих силах, готовность к преодолению необходимых физических нагрузок, а также потребность в систематических занятиях физическими упражнениями.

В настоящее время в развитии спорта среди инвалидов в России отмечается возрастание роли государ-

ства. Это проявляется, прежде всего, в государственной поддержке спорта среди людей с ограниченными возможностями; финансировании системы подготовки спортсменов-инвалидов.

На данном этапе вовлечение как можно большего числа инвалидов в занятия физической культурой и спортом стало приоритетным в нашей стране. В населенных пунктах осуществляется обеспечение доступности для инвалидов существующих физкультурно-оздоровительных и спортивных объектов.

Адаптивная физическая культура интенсивно исследуется в последние годы и предполагает научное обоснование широкого спектра проблем: нормативно-правового обеспечения учебно-тренировочной и соревновательной деятельности; управления нагрузкой и отдыхом; фармакологической поддержки спортсменов-инвалидов в периоды физических и психических напряжений; социализации и коммуникативной деятельности; технико-конструкторской подготовки как нового вида спортивной подготовки и многих других.

Изучаются наиболее эффективные пути использования физических упражнений для организации активного отдыха инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья, переключения их на другой вид деятельности, получения удовольствия от двигательной активности и др. Кроме того, содержание и задачи основных видов адаптивной физической культуры раскрывают потенциал возможностей, средств и методов адаптивной физической культуры, каждый из которых, имея специфическую направленность, способствует в той или иной мере не только максимально возможному увеличению жизнеспособности инвалида, но и всестороннему развитию личности[1].

Как мировое сообщество, так и сами инвалиды должны четко понимать, что физкультура и спорт более важны для человека с ограниченными возможностями, чем для благополучных в этом отношении людей. Главной задачей все же остается вовлечение в интенсивные занятия спортом как можно большего числа инвалидов в целях использования физкультуры и спорта как одного из важнейших средств для их адаптации и интеграции в жизнь общества, поскольку эти занятия создают психические установки, крайне необходимые для успешного воссоединения инвалида с обществом и участия в полезном труде. Применение средств физической культуры и спорта является эффективным, а в ряде случаев единственным методом физической реабилитации и социальной адаптации.

Список литературы

1. Основные виды адаптивной физической культуры / Чернышева И.В., Шлемова М.В., Егорычева Е.В., Мусина С.В. // Адаптивная физическая культура и адаптивный спорт в современных условиях: результаты, проблемы, приоритеты развития : матер. всерос. науч.-практ. конф. В 2 т. Т. 1 / Филиал ФГБОУ ВПО «Рос. гос. ун-т физич. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)» - Иркутск, 2012. - С. 137-140.
2. Фильчаков, С.А. Роль и значение адаптивной физической культуры в реабилитации инвалидов / Фильчаков С.А., Чернышева И.В., Шлемова М.В. // Адаптивная физическая культура и адаптивный спорт в современных условиях: результаты, проблемы, приоритеты развития : матер. всерос. науч.-практ. конф. В 2 т. Т. 1 / Филиал ФГБОУ ВПО «Рос. гос. ун-т физич. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)» -Иркутск, 2012. - С. 134-137.

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ ОСТЕОХОНДРОЗА ПРОГРАММИСТА

Черемушников В.О., Чернышева И.В., Шлемова М.В., Егорычева Е.В.

*Волжский политехнический институт (филиал)
Волгоградского государственного технического
университета, Волжский, Россия, www.volpi.ru*

Остеохондроз позвоночника в настоящее время встречается очень часто и что важно, нередко про-