

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ
ИССЛЕДОВАНИЯ

EDUCATIONAL AND
PEDAGOGICAL STUDIES

DOI: 10.12731/2658-4034-2022-13-2-7-19
УДК 378.018.4

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ
ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ
КАК СРЕДСТВА ВЫЯВЛЕНИЯ ОТНОШЕНИЯ
К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ

Н.П. Олесов, В.Г. Торговкин

Цель. Статья посвящена актуальному вопросу по выявлению отношения к здоровому образу жизни в вузе, с использованием информационных технологий.

Метод и методология проведения работы. Педагогическое наблюдение, самонаблюдение, опрос, анкетирование, тестирование, шкалирование, изучение, обобщение и распространение передовых педагогических информационных технологий.

Результаты. В статье рассматриваются результаты применения информационных технологий по выявлению отношения к здоровому образу жизни в вузе. Совершенствование системы применения аналитической деятельности в формировании групп элективного курса по физической культуре и спорту при выборе индивидуальной траектории обучения. Выбор занятий по видам спорта в условиях комбинированного (очного, дистанционного) обучения университете. В современных условиях использование ИКТ технологий является действенным методом в активизации обучения. Это показ презентаций, работа с тестами, видеофильмы,

фрагменты и другая видеоинформация, которая используется на занятии непосредственно через Интернет.

Применялись анализ специальной литературы, документации, видео, компьютерных технологий: показ презентаций, работа с тестами, видеофильмы, видеоинформация.

Область применения результатов. Результаты исследования могут быть применены в сфере образования в целом при проведении организационных мероприятий по физической культуре и как средство выявления отношений к здоровому образу жизни обучающихся.

Ключевые слова: информационные технологии; здоровый образ жизни; отношение; самореализация; воспитание; обучающиеся; дистанционное обучение; метод; анкетирование; самостоятельная деятельность

USE OF INFORMATION TECHNOLOGIES AS A MEANS OF REVEALING ATTITUDE TO A HEALTHY LIFESTYLE

N.P. Olesov, G.V. Torgovkin

Purpose. The article is devoted to the topical issue of the formation of healthy. The article is devoted to the topical issue of identifying attitudes towards a healthy lifestyle in a university, using information technology.

Methodology. Pedagogical observation, self-observation, survey, questioning, testing, scaling, study, generalization and dissemination of advanced pedagogical information technologies.

Result. The article discusses the results of the use of information technology to identify attitudes towards a healthy lifestyle in the university. Improving the system of applying analytical activities in the formation of groups of an elective course in physical culture and sports when choosing an individual learning trajectory. The choice of classes in sports in the conditions of combined (full-time, distance) university education.

In modern conditions, the use of ICT technologies is an effective method in enhancing learning. This is showing presentations, working

with tests, videos, fragments and other video information that is used in class directly via the Internet.

The analysis of special literature, documentation, video, computer technologies was used: presentations, work with tests, videos, video information.

Practical implications. *The results of the study can be applied in the field of education in general when carrying out organizational activities in physical culture and as a means of identifying attitudes towards a healthy lifestyle of students.*

Keywords: *Information technology; healthy lifestyle; attitude; self-realization; education; students; distance learning; method; questioning; independent activity*

Многими исследователями подчеркиваются применение информационных технологий в образовательном пространстве. Поиски путей эффективного обучения на расстоянии образовательными организациями велись давно.

Проблемой отношения к здоровому образу жизни и формирования навыков учения занимались ведущие ученые. В современной психолого-педагогической литературе проблема формирования навыков здорового образа жизни анализируется с разных позиций: структура и динамика формирования навыков, обусловленные целями обучения, проанализированы Р.Р. Бибрих, В.И. Васильевым, Ф.М. Рахматулиным, обусловленность эффективности учебной деятельности мотивацией исследуется Ю.М. Орловым, Т.С. Савочкиной, Ю.К. Черновой. По их мнению, формирование навыков здорового образа жизни развиваются достаточно эффективно в единстве с другими сторонами мотивационной сферы.

В исследованиях ученых показана структура формирования навыков ЗОЖ во время учебной деятельности, вместе с тем система выявления отношения к здоровому образу жизни в вузе, с использованием информационных технологий в области физической культуры освещено недостаточно. Между тем в XXI веке одним из важных задач образовательного процесса остается здоровье молодых.

Целью исследования является использование информационных технологий, позволяющих выявить отношение к здоровому образу жизни, выбору секций и практических занятий в процессе обучения в вузе.

Задачи исследовательской работы: создание презентаций, заданий; создание системы мониторинга отношений к физической культуре и спорту, отношение к здоровому образу жизни.

Новизна работы заключается в создании системы применения аналитической деятельности в формировании групп элективного курса по физической культуре и спорту и при выборе обучающимися индивидуальной траектории обучения, направленных на повышение интереса к занятиям по физической культуре.

«Информационные – коммуникационные технологии позволяют качественно повысить эффективность и качество преподавания», мотивируют обучающихся к занятиям по физической культуре и спорту, так как забота о своем здоровье людей актуальна и тем, что долгое время сидящих дома [2, с. 43].

Изоляция заставляет задуматься о двигательном ритме жизни, привычках, многие из которых были невозможны или трудны при нормальных обстоятельствах. В связи с чем проблема здорового образа жизни является одним из самых актуальных проблем современного общества.

Материалы и методы

Применялись теоретический анализ, анкетирование, опрос, когда опрашиваемые сами записывают свои ответы электронно. Применение электронных ресурсов актуально на современном этапе тем, использовались педагогические инструменты компьютерных технологий. На что указывал ректор СВФУ, чтобы эффективно и качественно внедрять цифровые ресурсы в системе дистанционного обучения. Общеизвестно то, что анкетирование является универсальным средством. Это обеспечивает данному методу некоторые преимущества, которые не относятся к другим методам. Студенты при опросе, а также участники практических мероприятий заранее

направляют данные через личный кабинет. При этом в планировании имеется возможность электронного формирования предварительных данных, для рефлексии. «Более широко понятая рефлексия – форма теоретической деятельности человека, направленная на осмысление этой деятельности, это деятельность самопознания» [7, с. 33].

Для выявления отношений к здоровому образу жизни анкетирования проводились в 2020–2021 и 2021–2022 уч. годах на базе кафедр СВФУ имени М.К. Аммосова с охватом в 2020 году до 2069 студентов, а в сентябре 2021 года 1666 студентов.

Результаты

Выявление отношений к здоровому образу жизни проводилась по принципу от простого к сложному. В соответствии с целью работы нами проведены подготовка наглядных пособий, инструкции, презентации [8, с. 170].

Критериями для определения результативности явились:

- сформированность у обучающихся отношения к здоровому образу жизни;
- отношение обучающихся к изучению упражнений двигательной деятельности по предмету физическая культура.

Диагностика изменения отношения обучающихся к здоровому образу жизни проводилась с помощью теста «Твое отношение к здоровому образу жизни». Результаты представлены в таблице 1, из которой виден рост положительного отношения к здоровому образу жизни при сокращении нейтрального и отрицательного.

Таблица №1.

Динамика изменения отношения к здоровому образу жизни за два учебных года

№	Учебный год	Отношение		
		Отрицательное	Нейтральное	Положительное
1.	2020–2021 уч. год	6%	16.5%	77%
2.	2021–2022 уч. год	0%	6,5%	93.5%

Во время 1 среза тестировались 20 обучающихся 1 курса в 2020–2021 учебном году, во время 2 среза, через год, в 2021–2022 учебном году тест прошли 20 обучающихся.

Методом электронного дистанционного опроса проведены предварительная запись для занятий по секциям факультетов и институтов СВФУ в 2020–2021 учебном году. На вопрос анкеты «В какой квалификационной группе относитесь?», ответы поступили в следующем: начальной подготовки – 1595 чел., совершенствования спортивного мастерства – 211 чел., высшее спортивное мастерство – 20 чел., «не знаю» – 8 чел., любители – 7 чел., специальная медицинская группа – 16 чел., ответы «никакой» составило – 7 чел.

Количество участников опроса составило в 2020–2021 уч. году 2069 человек. При сравнении с прошлым учебным годом в 2021–2022 уч. году на 403 человек меньше.

Используя возможности онлайн программ были направлены анкеты с вопросами «По использованию гаджетов». Ответы поступили в 2020–2021 уч. году 1907 студентов, в 2021–2022 уч. году 1425 студентов (табл. 3).

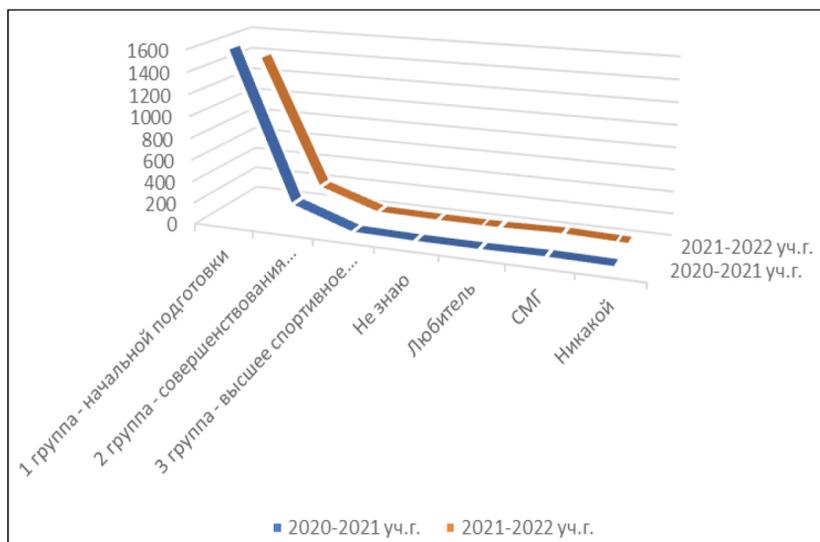


Рис. 1

Таблица №2.

Таблица участников анкетирования для занятий в секциях по видам спорта в СВФУ

Учебный год	Количество участников опроса	Примечание
2020–2021	2069	Проведен электронный опрос по google-таблице
2020–2021	1666	Проведено анкетирование и электронная запись в секции по видам спорта через личные кабинеты студентов на сайте СВФУ

Таблица №3.

Таблица динамики выбора обучающимися видов спорта для занятий в секциях использованием гаджетов

№	Виды спорта	Количество участников опроса в учебных годах	
		2020–2021 (чел.)	2021–2022 (чел.)
1.	волейбол	300	164
2.	плавание	285	89
3.	пулевая стрельба	211	90
4.	легкая атлетика	165	37
5.	стрельба из лука	126	1
6.	баскетбол	115	66
7.	черлидинг, аэробика	110	94
8.	настольный теннис	102	31
9.	шашки	68	73
10.	мини-футбол футбол	56	132
11.	тхэквондо	54	26
12.	шахматы	54	13
13.	бокс	40	80
14.	кик-боксинг	37	43
15.	автомотоспорт	36	
16.	спортивная ходьба	34	17
17.	дзюдо, самбо	33	7
18.	вольная борьба	22	21
19.	борьба хапсагай	17	111
20.	мас-рестлинг	16	95
21.	лыжные гонки	15	17
22.	якутские прыжки	11	5
23.	якутские настольные игры	0	94
24.	бадминтон	0	38
25.	тайский бокс	0	30
26.	спортивный туризм	0	20
27.	кроссфит/ГТО	0	21
28.	пауэрлифтинг	0	10
	Итого:	1907	1425

На вопрос «Сколько раз в неделю Вы хотели бы заниматься спортом?» ответы были сформированы в следующем: 1020 студентов ответили – 1-2 дня; 615 студентов – 3-4 раза; 66 студентов – 5 раз в неделю; 77 человек ответили – 6 раз в неделю. Затруднились ответить – 291 чел. Выбор студентов СВФУ в 2021–2022 уч. году ответами на вопрос «Каким из предложенных видов спорта хотели бы вы заниматься?» составило 28 видов спорта. В проведении занятий в секциях в сочетании различными формами работы проводились обсуждения актуальных проблем с разработкой обучающимися самостоятельных работ по физической культуре и спорту [2, с. 43].

Формирование опыта обучения в вузе, как труда и общения, деятельность с использованием информационных технологий, способствует их не только интеллектуальному росту, но и в значительной степени продвигается работа по решению поставленной проблемы в рамках самообразования по тематике «Использование информационных технологий как средство выявления отношений к здоровому образу жизни» [5, с. 71].

В условиях изоляции нужно отметить, что очень важно следить за тем, чтобы в ходе физических упражнений были проработаны все зоны, для чего рекомендуется общеразвивающие упражнения на месте.

Заключение

Таким образом, на основе проведенной работы информационные технологии являются эффективным средством выявления отношения к здоровому образу жизни обучающихся в условиях ограничений. ИКТ позволяют эффективно организовать учебный процесс с начала обучения в вузе. Дает возможность скорректировать методику обучения с учётом интересов и особенностей развития обучающихся.

Применение информационных технологий способствует повышению общей информационной культуры обучающихся, которая является важнейшим фактором успешной профессиональной деятельности. Формирует положительное отношение обучающихся к

занятиям по физической культуре и спорту, к преподавателю, друг к другу.

Информационные технологии, как модель дистанционного обучения позволяют организовывать и гибко сочетать самостоятельную деятельность обучающихся.

По полученным данным таблицы №1 можно констатировать, что происходят значимые сдвиги в сторону позитивного отношения к здоровому образу жизни.

Результаты свидетельствуют о достаточной эффективности реализуемых приемов и методов обучения, направленных на воспитание личности, обеспечение успешного обучения на основе применения ИКТ технологий.

Список литературы

1. Болюбаш Я.Я. Педагогическое оценивание и тестирование. Правила, стандарты, ответственность / Я. Я. Болюбаш, И. Булах, М. Г. Мруга, И. Ф. Филончук. Научное издание. К.: Мастер-класс, 2007. 272 с.
2. Денисов М.Ю. Использование икт в образовательной области «Физическая культура» / М. Ю. Денисов, Н. В. Черкашина, Б. А. Рудницкий, Л. Н. Шевчук // Управление качеством образования: актуальные вопросы, достижения и инновации. сборник статей межд. научн.-практ. конф. Пенза, 2021. С. 42–44.
3. Кузнецова А.Я. Проблема рефлексивного управления в образовании: современный взгляд // Современные проблемы науки и образования. 2017. №4. С. 138.
4. Кукушкина Д.М. Актуальные вопросы внедрения современных информационных технологий в преподавание дисциплины «физическая культура» / Д. М. Кукушкина, Г. О. Топоров, Т. В. Керн // Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма. XV межд. научн.-практ. конф. Уфа, 2021. С. 154–157.
5. Малова Е.Н. Здоровьесберегающий аспект использования информационно-коммуникационных технологий в дополнительном образовании младших школьников / Е.Н. Малова, В.Г. Шубович, М.М.

- Шубович // Теория и практика физической культуры. 2019. № 12. С. 70–72.
6. Пилипенко Д.А. Формирование ценности здорового образа жизни у старших школьников посредством привлечения педагогов к здоровому образу жизни // Молодой ученый. 2021. № 11 (353). С. 181–183.
 7. Руденко В.А. Анкета и интервью в педагогическом исследовании // Социс. 2015. № 4. С. 30–37.
 8. Тихонова В.А. Формирование здорового образа жизни средствами физической культуры: на примере формирования здорового образа жизни студента / В. А. Тихонова, А. М. Данилова // Наука через призму времени. 2019. № 6 (27). С. 169–172.
 9. Фаткуллов И. Р. Обзор возможностей программ видеонализа в спорте / И. Р. Фаткуллов, Л. Н. Фаткуллова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2018. №5 (159). С. 280–283.
 10. Andrushchenko N.Y., Han Ju. Healthy Lifestyle of Young People As An Actual Problem of Socialization // Collection of scientific articles. Vitebsk, 2021. P. 277-281.
 11. Bogdanova Yu.Z., Zharkova M.A., Khairullina N.G. On the Improving Health and Familiarizing Students and Teachers of the Agricultural University with a Healthy Lifestyle // International Journal of Applied Exercise Physiology. 2019. Vol. 8, № 2.1. P. 762-767.
 12. Bogdanova Yu.Z., Zharkova M.A., Shamanin D.A. Influence of Football on the Formation of a Healthy Lifestyle Culture of Tyumen and Tyumen Region Residents // International Journal of Applied Exercise Physiology. 2020. Vol. 9, № 11. P. 135-141.
 13. Daigo E., Filo K. Using a Sport Event to Create a Sense of Community: Charity Sport Event Manager Perspectives 2020 // Event Management. 2020. Vol. 24 (1). P. 57-73.
 14. Fedotova O.D., Ermakov P.N., Zhurakovsky V.M., Cherkashin I.A., Cherkashina E.V. Virtual Museum in the System of Informal Education (Based on Sports Materials) // E3S Web of Conferences. 14th International Scientific and Practical Conference on State and Prospects for the Development of Agribusiness, Interagromash 2021. Rostov-on-Don, 2021. P. 12072.

15. Gabyshev A., Cherkashin I., Cherkashina E. Mas-Wrestling is the National Sport of the Sakha Turkic People // *Bilig*. 2021. Vol. 97. P. 201-222.

References

1. Bolyubash Ya. Ya., Bulakh I., Mruga M.G., Filonchuk I.F. *Pedagogicheskoe otsenivanie i testirovanie. Pravila, standarty, otvetstvennost'* [Pedagogical assessment and testing. Rules, standards, responsibility]. K.: Master class, 2007, 272 p.
2. Denisov M. Yu., Cherkashina N. V., Rudnitsky B. A., Shevchuk L. N. *Upravlenie kachestvom obrazovaniya: aktual'nye voprosy, dostizheniya i innovatsii* [Education quality management: topical issues, achievements and innovations]. Penza, 2021, pp. 42–44.
3. Kuznetsova A. Ya. *Sovremennye problemy nauki i obrazovaniya* [Modern problems of science and education], 2017, no. 4, pp. 138.
4. Kukushkina D. M., Toporov G. O., Kern T. V. *Aktual'nye problemy fizicheskoy kul'tury, sporta i turizma. XV mezhd. nauchn.-prakt. konf.* [Actual problems of physical culture, sports and tourism. XV int. scientific-practical conf.]. Ufa, 2021, pp. 154-157.
5. Malova E. N., Shubovich V. G., Shubovich M. M. *Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury* [Theory and practice of physical culture], 2019, no. 12, pp. 70–72.
6. Pilipenko D. A. *Molodoy uchenyy* [Young scientist], 2021, no. 11 (353), pp. 181–183.
7. Rudenko V. A. *Sotsis*, 2015, no. 4, pp. 30–37.
8. Tikhonova V. A., Danilova A. M. *Nauka cherez prizmu vremeni* [Science through the prism of time], 2019, no. 6 (27), pp. 169–172.
9. Fatkullov I. R., Fatkullova L. N. *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgaft*, 2018, no. 5 (159), pp. 280–283.
10. Andrushchenko N. Y., Han Ju. Healthy Lifestyle of Young People As An Actual Problem of Socialization. *Collection of scientific articles*. Vitebsk, 2021, pp. 277-281.
11. Bogdanova Yu. Z., Zharkova M. A., Khairullina N. G. On the Improving Health and Familiarizing Students and Teachers of the Agricultural Uni-

- versity with a Healthy Lifestyle. *International Journal of Applied Exercise Physiology*, 2019, vol. 8, no. 2.1, pp. 762-767.
12. Bogdanova Yu.Z., Zharkova M.A., Shamanin D.A. Influence of Football on the Formation of a Healthy Lifestyle Culture of Tyumen and Tyumen Region Residents. *International Journal of Applied Exercise Physiology*. 2020, vol. 9, no. 11, pp. 135-141.
 13. Daigo E., Filo K. Using a Sport Event to Create a Sense of Community: Charity Sport Event Manager Perspectives 2020. *Event Management*, 2020, vol. 24(1), pp. 57-73.
 14. Fedotova O.D., Ermakov P.N., Zhurakovsky V.M., Cherkashin I.A., Cherkashina E.V. Virtual Museum in the System of Informal Education (Based on Sports Materials). *E3S Web of Conferences. 14th International Scientific and Practical Conference on State and Prospects for the Development of Agribusiness, Interagromash 2021*. Rostov-on-Don, 2021, pp. 12072.
 15. Gabyshev A., Cherkashin I., Cherkashina E. Mas-Wrestling is the National Sport of the Sakha Turkic People. *Bilig.*, 2021, vol. 97, pp. 201-222.

ДАННЫЕ ОБ АВТОРАХ

Олесов Николай Петрович, заведующий кафедрой «Мас-рестлинг и национальные виды спорта», кандидат педагогических наук

Северо-Восточный федеральный университет имени М.К. Аммосова

*ул. Кулаковского, 42, г. Якутск, 677007, Российская Федерация
pro77@mail.ru*

Торговкин Владимир Гаврильевич, доцент кафедры «Мас-рестлинг и национальные виды спорта», кандидат педагогических наук

Северо-Восточный федеральный университет имени М.К. Аммосова
*ул. Кулаковского, 42, г. Якутск, 677007, Российская Федерация
vg.torgovkin@s-vfu.ru*

DATA ABOUT THE AUTHORS

Nikolai P. Olesov, Head of the Department “Mas-wrestling and national sports”, Candidate of Pedagogical Sciences

North-Eastern Federal University named after M. K. Ammosov

42, Kulakovsky, Yakutsk, 677007, Russian Federation

npo77@mail.ru

Vladimir G. Torgovkin, Associate Professor of the Department of Mas-Wrestling and National Sports, Candidate of Pedagogical Sciences

North-Eastern Federal University named after M. K. Ammosov

42, Kulakovsky, Yakutsk, 677007, Russian Federation

vg.torgovkin@s-vfu.ru

Поступила 15.03.2022

После рецензирования 21.03.2022

Принята 31.03.2022

Received 15.03.2022

Revised 21.03.2022

Accepted 31.03.2022