

Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрлігі  
Л.Н.Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университеті  
Министерство образования и науки Республики Казахстан  
Евразийский национальный университет имени Л.Н.Гумилева  
Ministry of Education and Science of the Republic of Kazakhstan



**«ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ ЖӘНЕ СПОРТТЫҢ ҚАЗІРГІ  
КЕЗДЕГІ ӨЗЕКТІ МӘСЕЛЕЛЕРІ»**

VII – Қысқы Азия ойындарына арналған  
халықаралық ғылыми-тәжірибелік конференция

Международная научно-практическая конференция  
**«СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»** посвященной 7-ым Зимним  
Азиатским играм

International science-practical conference  
**«MODERN PROBLEMS OF PHYSICAL CULTURE AND  
SPORT»**  
devoted to 7<sup>th</sup> winter Asian games

**Астана қаласы – 2011**

Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрлігі  
Л.Н.Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университеті

Министерство образования и науки Республики Казахстан  
Евразийский национальный университет имени Л.Н.Гумилева

**«Дене тәрбиесі және спорттың қазіргі кезеңдегі өзекті  
мәселелері»**

VII – Қысқы Азия ойындарына арналған  
халықаралық ғылыми-тәжірибелік конференция

**МАТЕРИАЛДАРЫ**

4-5 ақпан, 2011 жыл

**«Современные проблемы физической культуры и спорта»  
МАТЕРИАЛЫ**

Международной научно-практической конференции посвященной 7-  
ым Зимним Азиатским играм

4-5 февраля 2011 года

**Астана**

УДК \_\_\_\_\_  
ББК \_\_\_\_\_  
Қ \_\_\_\_\_

**Бас редакторы/Главный редактор**

**Редакция алқасы/Редакционная коллегия**

**Басылымға жауапты/Ответственные за выпуск**

**«Дене тәрбиесі және спорттың қазіргі кезеңдегі өзекті мәселелері»:** VII – Қысқы Азия ойындарына арналған халықаралық ғылыми-тәжірибелік конференция материалдары (4-5 ақпан, 2011 жыл)/ Жалпы ред. Басқарған А.Ә.Жұмаділханов. – Астана: Л.Н.Гумилев атындағы ЕҰУ, 2011.-218 бет

**«Современные проблемы физической культуры и спорта»:**

Материалы международной научно-практической конференции посвященной 7-ым Зимним Азиатским играм 4-5 февраля 2011 года (4-5 февраля 2011 года)/ под общей ред. А.А.Жумадилханова. – Астана: ЕНУ им. Л.Н.Гумилева, 2011.-218 стр.

**ISBN** \_\_\_\_\_

Халықаралық ғылыми-тәжірибелік конференция материалдарында VII – Қысқы Азия ойындарына арналған «Дене шынықтыру және спорттың қазіргі кездегі өзекті мәселелеріне» арналған баяндамалар беріледі. Жинақ материалдарын жоғары білім саласындағы ғалымдар, қызметкерлер, ізденушілер мен студенттер өздерінің ғылыми-зерттеу жұмыстарында қолдана алады.

В материалах международной научно-практической конференции предоставлены доклады посвященные 7-ым Зимним Азиатским играм «Современные проблемы физической культуры и спорта». Опубликованные материалы могут быть использованы в научно-исследовательских и практической деятельности специалистами, работающими в области высшего образования, учеными, соискателями.

**ISBN** \_\_\_\_\_  
**Қ** \_\_\_\_\_

**УДК** \_\_\_\_\_  
**ББК** \_\_\_\_\_

Л.Н.Гумилев атындағы ЕҰУ, 2011

# РАЗРАБОТКА И ВНЕДРЕНИЕ ПРОГРАММНОГО ПРОДУКТА В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

**Л.А. Асмолова**

Восточно-Казахстанский государственный технический университет  
им. Д. Серикбаева, г. Усть-Каменогорск

В современных условиях преподавание физической культуры переходит на новый уровень. Ранее было невозможно донести до студентов важную информацию о сбережении здоровья и его развитии, а так же очень важные аспекты физической культуры посредством лекций. Информационные технологии позволяют создавать такие средства, что человек будет заинтересован расширить свои знания в области физической культуры самостоятельно.

Анализ сущности процесса физического воспитания студентов, разработка и теоретическое обоснование модели использования современных информационных технологий в этом процессе позволили подойти к созданию и внедрению в образовательный процесс вуза реального программного продукта.

Знакомство с массовой практикой деятельности вузов показало, что подобная работа ведется во многих образовательных учреждениях.

Смысл и содержание проведенной нами опытно-экспериментальной работы состоял в разработке программного комплекса процесса физического воспитания и внедрение этого программного продукта в образовательную практику.

При осуществлении анализа преобладающей мотивации и познавательной деятельности на занятиях физической культурой на ми был учтен тот факт, что респонденты обладают некоторыми специфическими качествами личности, которые непосредственно влияют на результат исследования. Так, например, студенты чаще всего предпочитают индивидуальное тестирование, самотестирование, которое обеспечивает достоверность и искренность ответов испытуемых, что и осуществляет разработанный нами программно-прикладной комплекс.

Для исследования развития познавательного интереса студентов в физкультурной деятельности, мы использовали такой метод психодиагностики, как опрос, в структуру которого вошла разработанная серия вопросов, затрагивающая отношение студентов к процессу физического воспитания. В данном случае исследование касается только когнитивной стороны личности респондентов. Вопросы в опроснике располагались не в порядке их теоретической значимости, в случайном порядке. Испытуемым предлагалось выбрать по одному ответу на каждый поставленный вопрос. Предложенный нами опрос рассчитан на выявление определенных знаний по физической культуре, которыми студенты

должны были овладеть за время пребывания в вузе. Помимо этого, ряд вопросов был связан с общей осведомленностью респондентов в сфере физической культуры и спорта.

Для определения эмоционального фона необходимо было выявить самочувствие, активность и настроение студентов. Для этого мы использовали методику САН (самочувствие, активность, настроение). С помощью данной методики можно оперативно оценить эмоциональный фон на занятиях физической культурой. Опросник использовался нами на начальной и заключительной стадии эксперимента в начале и в конце занятия. Опросник состоит из тридцати пар противоположных характеристик, по которым мы просили испытуемых оценить свое эмоциональное состояние. Каждая пара представляет собой шкалу, на которой студенты отмечают степень актуализации той или иной характеристики своего состояния. Испытуемым предлагалась описать то состояние, которое они испытывают в данный момент с помощью тестовой пары и выбрать цифру соответствующую величине выраженности данной характеристики.

Таким образом можно выделить те критерии сформированности физической культуры личности, где нам видится целесообразным применение современных информационных технологий. К таким критериям можно отнести оценку уровней физического состояния студентов, их познавательную активность, преобладание мотивации на занятиях физической культурой, глубину усвоения теоретических знаний.

Широкие возможности использования информационных технологий потребовали от нас создания программного продукта: «Учебник по физическому воспитанию в вузе» (рисунок 1).

Данный учебник разработан с применением технологий JavaScript и имеет восемь глав. Данный учебник предназначен для самостоятельного освоения студентами теоретического и методического разделов учебных дисциплин по физической культуре. Может быть полезен учащимся старших классов средних школ, учащимся средних специальных учебных заведений, учащимся вузов, преподавателям физического воспитания, широкому кругу лиц, самостоятельно занимающихся физическими упражнениями и спортом. Его высокий учебный потенциал определяется удобным представлением теоретического материала в виде гипертекста, наличием большого количества графических иллюстраций и анимаций.

Каждая глава учебника подкреплена контрольными вопросами для активизации, осмысления и закрепления теории. Данные разделы являются весьма важными для активизации процессов осмысления и закрепления учебного материала.

Контрольные вопросы этих разделов представлены в электронном учебнике в двух вариантах.

Первый (реализован в главах 4 и 6) предусматривает к каждому контрольному вопросу несколько вариантов ответов, среди которых один правильный.

Во втором варианте ответы не даются. Вместо них представлены комментарии по данному вопросу.

The screenshot shows a web browser window titled "Электронный учебник -> Физвоспитание - Microsoft Internet Explorer". The address bar shows the URL "X:\home\physical\_education.kz\www\index.html". The page content includes a header with the title "Учебник по физическому воспитанию ВУЗов" and the logo of the "КАФЕДРА ФИЗВОСПИТАНИЯ И СПОРТА". A navigation bar contains links for "СОДЕРЖАНИЕ", "ГЛОССАРИЙ", "ПОМОЩЬ", and "ДОБАВИТЬ В ИЗБРАННОЕ". The main content area is divided into sections: "ВАЖНАЯ ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ КАЖДОГО" with links for eye exercises, hand massages, and morning exercises; "ОБ УЧЕБНИКЕ" with buttons for "КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ", "РЕКОМЕНДАЦИИ", "ГЛОССАРИЙ", and "СОДЕРЖАНИЕ"; and a table of contents. The table of contents lists chapters 1 through 8, each with a brief description of its content. A search bar at the bottom left contains the text "ПОИСК ЗДОРОВЬЕ". The footer includes a copyright notice and navigation links: "НА ГЛАВНУЮ", "ПОМОЩЬ", "ССЫЛКИ", "ИЗБРАННОЕ", and "О РАЗРАБОТЧИКАХ".

ГЛАВА	Описание
<b>ГЛАВА 1</b> - физическая культура; - физическое воспитание; - физическое развитие.	<b>I. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТОВ</b> Описывает основные понятия и определения в области физической культуры и в этой главе рассматриваются организационные и методические основы физического воспитания студентов в вузе. >>
<b>ГЛАВА 2</b> - функциональная активность человека; - утомление и восстановление; - биологические ритмы и работоспособность.	<b>II. АНАТОМО-МОРФОЛОГИЧЕСКИЕ И ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОРГАНИЗМА ЧЕЛОВЕКА ПРИ ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ</b> В данной главе рассматривается организм как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система. Глава содержит общее представление о строении тела человека, его тканях, органах и физиологических системах. Широко представлены морфофункциональные системы организма. Так же описана внешняя среда и ее воздействие на организм и жизнедеятельность человека. >>
<b>ГЛАВА 3</b> - образ жизни и здоровье; - рациональное питание; - личная гигиена.	<b>III. ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТА</b> Данная глава посвящена обзору состояний здоровья, в ней описаны существующие разновидности здоровья, различные критерии здоровья. Особое внимание уделено обзору образа жизни и его влиянию на здоровье, рассматриваются ценностные ориентации молодежи на здоровый образ жизни. >>
<b>ГЛАВА 4</b> - учебный труд; - двигательная активность; - учебные занятия по физвоспитанию.	<b>IV. УЧЕБНЫЙ ТРУД СТУДЕНТОВ И ВОЗМОЖНОСТИ ПОВЫШЕНИЯ ЕГО ЭФФЕКТИВНОСТИ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ</b> Здесь описаны психофизиологические особенности учебного труда и их влияние на организм студента. Рассматриваются общие закономерности изменения работоспособности студентов в течение учебного дня, недели, семестра и учебного года. В данной главе так же описана роль оздоровительно спортивного лагеря в повышении работоспособности студентов. >>
<b>ГЛАВА 5</b> - техническая подготовка; - физическая подготовка; - формы занятий физическими упражнениями.	<b>V. МЕТОДИЧЕСКИЕ И ПРАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ</b> Эта глава посвящена физической подготовке. В ней рассматриваются методические принципы физического воспитания, методы и средства физического воспитания. >>
<b>ГЛАВА 6</b> - массовый спорт; - студенческий спорт; - профессиональный спорт.	<b>VI. СПОРТ В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ</b> В главе изложены определение и понятие спорта, его агитационное значение. Глава содержит фоторепортаж с XIX Универсиады. >>
<b>ГЛАВА 7</b> - врачебный контроль; - педагогический контроль; - самоконтроль.	<b>VII. КОНТРОЛЬ И САМОКОНТРОЛЬ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ</b> Глава содержит описание диагностики и самодиагностики организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом. >>
<b>ГЛАВА 8</b> - профессиональная деятельность; - роль общей физической подготовки; - группы профессий.	<b>VIII. ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СТУДЕНТОВ</b> Эта заключительная глава посвящена описанию профессионально-прикладной физической подготовки студента. Здесь так же рассматриваются основные группы профессий. >>

## Рисунок 1 – Главная страница электронного учебника

В этом случае учащийся, ответив на поставленный вопрос устно, про себя, или письменно на бумаге, может проверить и уточнить свои знания, просмотрев комментарий к нему.

В ходе самоконтроля и тренинга можно в любой момент вернуться к просмотру необходимого теоретического материала, используя соответствующий пункт оглавления.

Для облегчения навигации по электронному учебнику на каждой странице предусмотрена кнопка для перехода на главную страницу и в разделы Web-сайта «Содержание», «Глоссарий» и «Помощь».

Электронный учебник содержит ряд графических анимаций служащих для пояснения выполнения практической части упражнений по физическому воспитанию, «Глава 5» содержит подробное описание различных практических упражнений, при выборе поясняющей иллюстрации есть возможность выбора просмотра анимации.

Для облегчения функции печати в конце каждой страницы с изложением учебного материала предусмотрена кнопка «печать». Она позволяет печатать открытую страницу с помощью подключаемого модуля печати написанного на JavaScript, облегчая при этом работу с электронным учебником.

Дизайн сайта, весь его интерфейс построен при помощи технологии использования каскадных таблиц стилей – CSS, они представляют собой внешние файлы, на которые ссылаются страницы электронного учебника, в них созданы классы с описанием каких-либо параметров, например, для ячеек таблицы описание отступа или размер шрифта для определенного класса, используемый в дальнейшем в коде html-страниц.

Подсистема обучения предназначена для предоставления студентам теоретического и методико-практического курса по дисциплине «Физическое воспитание». Для любого студента она выглядит как Web-сайт с набором страниц структурированных по главам.

Целью информационной системы управления физическим воспитанием студентов является автоматизация процесса обучения и контроля знаний студентов в области физической культуры. Сбор информации о знаниях материалов электронного учебника происходит посредством подсистемы контроля, разработанной для преподавателя и являющейся обратной связью к подсистеме обучения. Изучать материал электронного учебника может любой пользователь сети Интернет, а так как он разработан непосредственно с целью обучения студентов. Доступ к подсистеме обучения и подсистеме тестирования обеспечивается спецификой глобальной сети Интернет.