

Департамент образования и науки города Москвы
Государственное автономное образовательное учреждение высшего
образования города Москвы
«Московский городской педагогический университет» Институт
естествознания и спортивных технологий
Кафедра физического воспитания и безопасности жизнедеятельности

На правах рукописи

Гурьянов Иван Владимирович

**ЦИФРОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ПЕДАГОГИЧЕСКОМ
СОПРОВОЖДЕНИИ СПОРТСМЕНА-ФИГУРИСТА**

Направление подготовки: 49.06.01 Физическая культура и спорт

**Направленность: 13.00.04 Теория и методика физического воспитания,
спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры**

**Научный доклад
об основных результатах научно-квалификационной работы
(диссертации)**

Научный руководитель

Доктор социологических наук, профессор,
заместитель директора Института
естествознания и спортивных технологий
Ловцова Наталия Игоревна

Москва, 2022 г.

1. Рецензент:

Пушкина Валентина Николаевна,

доктор биологических наук, профессор, начальник отдела развития технологий спортивной подготовки Департамента образования, науки и международных отношений Министерства спорта Российской Федерации, г.Москва

2. Рецензент:

Коршунов Алексей Владимирович,

Кандидат социологических наук, руководитель аппарата фракции Партии «ЕДИНАЯ РОССИЯ» Московской городской Думы, г.Москва

3. Рецензент:

Гиття Максим Александрович,

кандидат педагогических наук, доцент кафедры адаптологии и спортивной подготовки Государственного автономного образовательного учреждения высшего образования города Москвы «Московский городской педагогический университет» (ГАОУ ВО МГПУ)

4. Рецензент:

Колоколова Инна Валерьевна,

кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физического воспитания и безопасности жизнедеятельности Государственного автономного образовательного учреждения высшего образования города Москвы «Московский городской педагогический университет» (ГАОУ ВО МГПУ)

Общая характеристика работы

Актуальность темы исследования обусловлена необходимостью осмыслиения комплекса проблем, связанных с современными тенденциями развития спорта, такими как омоложение спорта высоких достижений, увеличение общественного, политического, экономического внимания к спорту и, как следствие, поиском путей повышения эффективности спортивной подготовки с одной стороны, необходимостью развития педагогического сопровождения молодых спортсменов, для которых чрезвычайно важно является поддержка для совладания со стрессовыми нагрузками в тренировочной и соревновательной деятельности. Развитие технологий также определяет важность осознания их роли в современном процессе спортивной подготовки, а также для применения для повышения качества педагогического сопровождения спортсменов. В настоящее время спорт становится быстроразвивающейся индустрией, основанной на технологизации, что подразумевает высокий уровень включения во все стороны спортивной деятельности современных научных достижений, начиная от оборудования, экипировки до сверхвысоких информационных компьютерных технологий для организации спортивной подготовки, оценивания результатов тренировочного процесса, судейства в процессе соревнований. Представители научного спортивного сообщества все больше внимания направляют на совершенствование подготовки спортсменов и повышение их спортивных результатов, апробируя все новые и новые технические решения для контроля функционального состояния спортсменов, для создания условий индивидуализации тренировочного процесса, особенно на начальных этапах спортивной подготовки, для построения методологии, способной отвечать возникающим вызовам современного общества¹. Сегодня существует огромное количество методов и способов использования цифровых технологий в подготовке спортсменов различного уровня² и, несмотря на мнение экспертов, что спорт представляет собой довольно «инертную, трудно изменяемую и очень человеческую, «аналоговую» индустрию», начало третьего десятилетия 21 века ознаменовалось поворотом к сервисно-ориентированной модели спорта, основанной на цифровизации³. Акцент на достижении спортивного результата зачастую приводит к недооценке значения педагогического сопровождения спортивной подготовки. Омоложение спорта высоких достижений в целом и в фигурном катании в частности означает большое количество нагрузки (физической, психологической, моральной, социальной, политической) на юного

¹ Лозовая, М. А. Применение информационных технологий в различных отраслях физической культуры и спорта / М.А. Лозовая // Физическая культура, спорт, наука и образование. – 2017. – С. 404

² Сыч, С. П. Эволюция спорта: технологии 21 века / С.П, Сыч // Инновационные технологии в спорте и физическом воспитании. – 2016. – С. 315

³ Рындин И. Стратегия цифровизации спорта 2030 // Стратегия цифровизации спорта 2030 | by Иван Рындин | Digital sports | Medium Обращение к ресурсу: 12.12.2021

спортсмена, самостоятельно справится с которой юным спортсменам сложно, таким образом забота о качестве педагогического сопровождения подготовки должна быть не меньше, чем обеспечение качества физической подготовки. Одной из разновидностей технологического развития спорта является развитие информационных технологий, следствием чего является более эффективное знакомство с новыми подходами и методиками спортивной подготовки, возможность обмена информацией о спортивных достижениях, проблемах, сопровождающих тренировочный и соревновательный процессы, повысить эффективность взаимодействия между всеми участниками. Цифра и возраст связаны, дети и подростки легко интегрируют цифровые технологии во все сферы своей жизни, соответственно поиск возможностей использования цифровых технологий как в тренировочном процессе, так и для разработки программ педагогического сопровождения является актуальной задачей современных исследований в сфере физической культуры и спорта. Период вынужденной изоляции в условиях пандемии Covid-19 значительно стимулировал развитие дистанционных технологий в обучении и спортивной подготовке, что позволило нам апробировать возможности применения информационных технологий для повышения качества подготовки спортсменов.

Степень разработанности проблемы

Методологические вопросы изучения процессов физического воспитания и спортивной подготовки и их цифровизации поставлены в работах Алешина И. Н., Слинкина Н. Е., Бахарева Ю. А., Атамурадова Ж.Ж., Балаевой Е. М., Варыгиной В. П., Бобровского Е. А., Бичева В. Г., Ворониной М. С., Кунгурцевой М. Д., Германова Г. Н., Крыжановской О. О., Лубышева Е. А., Поздеевой С. Н., Сопова В. Ф., Шелепень В. Н..

Обзор факторов и условий, стимулирующих цифровизацию физической культуры и спорта, возможностей применения цифровых технологий выполнен Бариевым Р. Р., Афоньшиным В. Е., Буренковым Д. Д., Бобковым В. В., Железняковой М. Е..

Исследование возможностей организации тренировок в онлайн формате в период пандемии осуществлено Мельниковой А. А., Мироновой В. Ю., Димитровым И. Л., Демирчоглян А. Г., Овсянниковой Т. В., Осмехиным Р. Ю., Русоцким Н. Г., Потаповой Е. А..

Анализу применения дистанционных технологий при организации тренировочных занятий в различных видах спорта посвящены работы Барановой М. В., Гибадуллина М. Р., Саярова Л. Р., Жгун Е. В., Кузнецовой Л. В., Овсянниковой Т. В..

Обзор и анализ компонентов педагогического сопровождения, в том числе в онлайн формате мы находим в статьях Алёшичевой А. В., Антипиной Ю. В., Горовых Э. И., Голубцова Н. А., Лубышевой Л. И., Магомедова М. Ш., Михитаровой Н. Ю., Плещкань А. В., Пашковой У. Ю., Кошелева О. П., Кузнецовой Л. В., Роговской С. Н., Уляевой Л. Г., Уляевой Г. Г., Шевыревой Е.Г., Петрова А.В., Петровой О.В., Юрловской И. А., Карсановой И. З..

Исследованию педагогического сопровождения подготовки фигуристов в целом и с применением онлайн технологий, в частности посвящены публикации Бахаревой Е. В., Буренкова Д. Д., Волыхиной Н. А., Дмитриева А. В., Гричановой Т. Г., Козловой А. В., Угрюмовой М. В., Кузнецовой Л. В., Малышевой Е. Г., Рогалевой О. С., Ковтун Р. П., Жгун Е. В., Ивановой М., Сопова В. Ф., Шакировой А. В. Черепановой И. О., Дунаева К. С..

Исследовательские процедуры проводились посредством применения методик, описанных Пичугиной В. К. Кармаевым Н. А.

Основные идеи и логика нашего исследования выстроены на основе трудов представителей школы ПИФКиС и ИЕСТ Никитушкина В.Г., Стадзе А.Э., Разинова Ю.И., Тарасовой Л.В., Стрижак А.П.

Таким образом, анализ разработанности проблемы исследования позволил выявить ряд **противоречий** между:

- недостаточностью использования возможностей цифровых технологий и он-лайн подходов к организации тренировочного процесса;

- доминированием подхода к формированию физических качеств спортсмена и недооценкой педагогического сопровождения, что особенно важно в условиях омоложения спорта высоких достижений;

- необходимостью внедрения цифровых технологий в тренировочный процесс и отсутствием методического обеспечения для этого.

Актуальность, практическая значимость и недостойная теоретическая разработанность проблемы исследования обусловили выбор **темы исследования**: «Цифровые технологии в педагогическом сопровождении спортсмена-фигуриста».

Цель исследования – разработка модели педагогического сопровождения подготовки спортсменов-фигуристов к соревновательному циклу с использованием онлайн-технологий.

Объект исследования – педагогические условия и факторы, влияющие на качество подготовки спортсмена-фигуриста к соревнованиям.

Предмет исследования – цифровые технологии в структуре педагогического сопровождения комплексной подготовки спортсмена-фигуриста.

Гипотеза исследования заключается в том, что недостаток и/или отсутствие педагогического сопровождения тренировочного процесса спортсменов фигуристов снижает уровень мотивации и готовность не только к достижению высоких результатов, но и к занятиям спортом в целом; а применение онлайн-технологий позволяет повысить эффективность педагогического сопровождения, благодаря интенсификации связей между всеми участниками спортивной подготовки.

Для достижения намеченной цели и подтверждения выдвинутой гипотезы были определены **задачи исследования**:

1. Охарактеризовать проблемы и противоречия, возникающие в практике спортивной подготовки.

2. Дать характеристику педагогического сопровождения, в том числе в дистанционных условиях спортивной подготовки фигуристов в период

самоизоляции в условиях пандемии Covid-19.

3. Обосновать особенности применения цифровых и онлайн технологий в тренировочном процессе спортсменов фигуристов.

4. Выполнить анализ проблем (систематизации) процесса спортивной подготовки и оценить роль цифровых технологий в их решении.

5. Разработать модель педагогического сопровождения подготовки спортсменов-фигуристов к соревновательному циклу с использованием онлайн-технологий.

6. Эмпирически обосновать эффективность модели педагогического сопровождения, ее влияния на качество спортивной подготовки

Теоретико-методологической основой исследования являются:

Методологическими и теоретическими основаниями диссертационной работы выступили представления В.Г.Никитушкина об индивидуализации тренировочного процесса на этапе становления спортивного мастерства, методические основы организации работы специалистов в диадах «спортсмен-тренер», «спортсмен-психолог», «тренер – родители», «родители-спортсмен», что помогло аргументировать важность усиления педагогической составляющей спортивной подготовке, особенно для юных спортсменов. На основе идей Л.П.Матвеева о необходимости поиска путей рационального управления спортивной тренировкой выполнен анализ элементов педагогического контроля и сопровождения спортивной деятельности, содержания и методов педагогического воздействия. Необходимым методологическим основанием моделирования педагогического сопровождения подготовки спортсменов фигуристов стали работы об организации тренировочного процесса Мишина А.Н. Рассмотрены функции и структура педагогического сопровождения как процесса непрерывной (заранее спланированной) деятельности, представленные в работах Жгун Е.В.

Для решения поставленных задач и проверки гипотезы использовались следующие методы исследования:

– теоретические методы: теоретический анализ специальной научной литературы проблемного поля исследования; метод синтеза, позволивший диагностировать степень разработанности данной проблемы в науке; метод историзма при изучении теории и истории вопроса; метод сравнительного анализа; метод интерпретации основных терминов и понятий; метод обобщения и анализа передового опыта тренеров;

– эмпирические методы: метод опроса, дискурсивный анализ, эксперимент, методы статистической обработки данных.

Экспериментальная база. Эксперимент проводился на базе ГАО СШ по зимним видам спорта г. Волгоград с участием 32 спортсменов учебно-тренировочной группы 3.

Этапы исследования. Исследование по теме диссертации осуществлялось поэтапно в период с сентября 2020 года по март 2021 года на базе ГАО СШ по зимним видам спорта г. Волгоград.

На первом этапе (сентябрь 2020 гг.) выполнен теоретический анализ

научных публикаций для определения проблемного поля исследования, определены объект и предмет исследования; сформулированы цель и задачи; выдвинута гипотеза; составлен план исследования. На основе результатов теоретического анализа составлен стратегический план эмпирического исследования, а также осуществлялось формирование групп для проведения педагогического эксперимента (Экспериментальная группа N= 16 человек, Контрольная группа N= 16 человек), подбор элементов педагогического сопровождения и спортивной тренировки в дистанционном формате с использованием цифровых технологий.

Второй этап (октябрь-декабрь 2020) был посвящен наращиванию информации на основе анализа академических публикаций, посвященной истории и теории вопроса, в результате критической рефлексии подходов к организации спортивной подготовки были определены методологические принципы, разработана стратегия исследования; обоснованы условия для проведения эксперимента; разрабатывалась методика интеграции педагогической и технической составляющих процесса подготовки спортсменов с использованием онлайн-технологий в условиях изоляции в период карантина по Covid-19; результаты теоретической и экспериментальной работы по теме исследования докладывались на тематических международных конференциях и были опубликованы в научно-методических статьях; проведена организационная работа по подготовке педагогического эксперимента.

На третьем этапе (январь-март 2021 гг.) проведён педагогический эксперимент в ходе которого исследовалось значение и результативность педагогического сопровождения занимающихся (особенности коммуникации спортсмена и тренера, участие родителей в организации тренировочного процесса в условиях невозможности тренировки в специализированных спортивных сооружениях, использование визуальных материалов и компьютерных симуляторов для формирования мотивации), а также оценивалось качество занятий с использованием онлайн-технологий в условиях изоляции в период карантина по Covid-19, проводилась диагностика показателей мотивации участников исследования, исследовалась взаимосвязь показателей мотивации и результатов соревновательной деятельности; полученные результаты были подвергнуты анализу, на их основе сформулированы выводы диссертационного исследования.

Научная новизна исследования заключается в том, что:

- получены новые данные об особенностях тренировочного процесса в условиях невозможности использования специализированного тренировочного оборудования;
- изучены последствия нарушения регулярности тренировочного процесса и артикулированы негативные последствия нарушения коммуникации между спортсменом и тренером,
- разработана программа педагогического сопровождения подготовки спортсменов фигуристов с применением онлайн технологий

- доказана результативность применения разработанной программы в тренировочном процессе.

Теоретическая значимость исследования заключается в диссертационное исследование имеет теоретическое значение для развития теоретических представлений и аргументации значимости педагогического сопровождения спортивной подготовки, поиска стратегий внедрения онлайн технологий в практику подготовки юных спортсменов

Практическая значимость результатов исследования заключается в расширении возможностей разработки методик педагогического сопровождения подготовки спортсменов фигуристов, в том числе с применением онлайн технологий в работе ДЮСШ по фигурному катанию, совершенствования образовательных программ подготовки специалистов в области физического воспитания, тренерской деятельности.

Достоверность и обоснованность результатов исследования полученных результатов исследования определяются непротиворечивыми теоретическими и методологическими положениями, комплексным использованием теоретических и эмпирических методов, адекватных предмету, цели и задачам.

Проверка и внедрение результатов исследования осуществлялась автором в ходе работы над проблемой с 2020 года. Результаты исследования отражены в 6 опубликованных статьях, из числа которых 3 статьи – в журналах перечня ВАК.

Результаты исследования сообщались и обсуждались на заседаниях Кафедры физического воспитания и безопасности жизнедеятельности Института естествознания и спортивных технологий Московского городского педагогического университета (далее – МГПУ) и докладывались:

- на международных конференциях: «Физическое воспитание и спорт – взгляд в будущее: интеграция науки и цифровых технологий в образование и практику» (МГПУ, г. Москва, 2022.);
- на научно-практических конференциях: Всероссийская научно-практическая конференция «Спорт и физическая культура в системе социальных наук» (БИФК, г. Уфа, 2021), молодых ученых МГПУ: V Научно-практическая конференция молодых ученых «Шаг в науку» (МГПУ, г. Москва, 2021).

На защиту выносятся следующие положения:

1. Организация процесса спортивной подготовки с акцентированием примата функциональной подготовленности спортсмена в ущерб педагогическому сопровождению свидетельствует о концептуальной недостаточности и методологическом анахронизме, содержащих развитие теории и методологии спортивной тренировки, затрудняют комплексный анализ подходов для поиска универсального принципа, который мог бы быть положен в том числе в систему подготовки фигуристов. Развитие теории и практики спорта в целом и фигурного катания в частности будет эффективнее на основе синтетического подхода, интегрирующего педагогическую, биологическую, технологическую, функциональную, психологическую и

творческую составляющие, а также интенсификации поворота к сервисно-ориентированной модели спорта, основанной на цифровизации.

2. Интерпретация спортивной подготовки в биологическом аспекте, а именно в терминах управления последовательностью преобразований моторики с целью формирования «соревновательного динамического стереотипа» формирует методический шаблон, ограничивающий поиск новых методических решений для повышения активной роли спортсмена в достижении спортивного результата и формировании долговременной мотивации. Усиление роли педагогического сопровождения способствует формированию осознанного отношения к спортивной деятельности во всем ее многообразии, а также способствует повышению стрессоустойчивости спортсменов.

3. Фигурное катание является сложнокоординационным видом спорта, при котором значение имеет не только сонастройка функциональных систем организма, но способность управлять эмоциональным состоянием для создания художественного образа. Популярность вида спорта предполагает его публичность, а омование фигурного катания возлагает на фигуристов ответственность и психологическую нагрузку, несоразмерную возрасту. Согласно данным нашего исследования среди тренерского состава отмечается недостаточность четкого представления о методологии педагогического сопровождения спортивной подготовки, а педагогический контроль реализуется с разной степенью успешности, поскольку не оценивается в качестве полноправного элемента практики подготовки спортсменов.

4. Педагогическое сопровождение спортсменов интерпретируется нами как процесс подразумевающий следование особенностям возрастного развития спортсмена на основе сотрудничества с тренером, педагогом-психологом и родителем для формирования условий спортивного совершенствования, не препятствующих включению спортсмена в иные сферы жизнедеятельности. В результате эффективного педагогического сопровождения спортсмен закрепляет навыки преодоления трудностей организационного и эмоционального свойства не только в тренировочной и соревновательной деятельности, но и иных сферах повседневной жизни.

5. Информационные и цифровые технологии и сервисы в тренировочном процессе могут применяться как средства обучения, контроля, моделирования, информационно-методического сопровождения, тестирования и диагностики различных состояний, обработки и оценки результатов спортивной деятельности, мониторинга физического состояния, досуга, формирования/поддержки имиджа и мотивации. Применение технологий способно повысить эффективности как тренировочного процесса, так и педагогического сопровождения, вместе с тем лавинообразные рост технологий и программного обеспечения требует специальной подготовки, отсутствие которой, наряду с дороговизной, сдерживает внедрение информационных технологий в процесс спортивной подготовки.

6. Педагогическое сопровождение тренировочного процесса

спортсменов фигуристов с использованием онлайн-технологий дистанционного обучения в период самоизоляции в условиях пандемии Covid-19 было нацелено на поддержание готовности к тренировочному процессу, сохранению регулярности тренировок, повышение чувства уверенности в собственных силах и включало в себя организацию совместного (тренер-спортсмен-родители) планирования повседневной деятельности (тренировки и их местоположение, учеба, отдых), формирование мотивации и потребности в достижении спортсменов с помощью подобранных видеоматериалов (фильмов, видео с выступлениями на соревнованиях кумиров занимающихся). Основной стратегией было выбрано создание образа будущего успеха второстепенными средствами психологического воздействия (например, с помощью нарративного моделирования ситуации соревнования), поскольку у детей в силу их возраста отсутствует четкое видение отдаленных во времени событий. Методом опроса были определены индивидуальные мотиваторы детей, основанные на трансляции опыта их кумиров из фигурного катания. Анализ и рефлексия видеозаписей тренировок проводилась ежедневно с участием тренера и других спортсменов, также в процессе анализа видеозаписей проводился сравнительный анализ индивидуального прогресса каждого спортсмена.

7. Таким образом, онлайн-формат тренировок в сочетании с сериями онлайн коммуникации, посвященной планированию распорядка дня, рефлексии тренировочных результатов, обсуждению тем, связанных с поддержанием реалистичной оценки собственных возможностей и потерь, с осознанием специальной стратегии включения в нормальный тренировочный режим, а также анализу выступлений спортсменов-кумиров, конструированию будущих событий, в которых спортсмены продемонстрируют достижения способствовал сохранению высокой мотивации спортсмена наряду с сохранением спортивной формы, что было проявилось в более коротком периоде восстановления в пост-изоляционный период, по сравнению со спортсменами из контрольной группы. Наличие педагогического сопровождения также способствовало «сохранению» юных спортсменов в спорте: практически 100% спортсменов экспериментальной группы вернулись к занятиям по окончании периода самоизоляции, тогда как в контрольной группе этот показатель был равен лишь 70 %.

Структура диссертации состоит из введения, трех глав, заключения, списка литературы, включающего 156 наименований, 5 приложений. В тексте диссертации, общим объемом 125 страниц, 6 таблиц.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во введении обоснованы выбор и актуальность темы исследования, показана степень ее разработанности; отмечены противоречия, решаемые в работе; определены проблема, объект и предмет исследования; выдвинута и сформулирована гипотеза; поставлены цель и задачи, отмечаются научная

новизна, теоретическая и практическая значимость исследования; указаны методология и методы исследования; описаны основные этапы работы; приводятся сведения об экспериментальной базе исследования, данные об апробации и внедрении полученных результатов исследования; сформулированы положения, выносимые на защиту; дана структура диссертации.

В **первой главе «Теоретические основы применения онлайн-технологий в тренировочном процессе спортсменов-фигуристов»** выполнен обзор и анализ научной литературы для проблематизации исследовательского поля. Анализ методологических дискуссий относительно подходов к организации спортивной подготовки показал наличие концептуальных противоречий, связанных с доминированием подходов, нацеленных на формирование функциональной и технической подготовленности спортсменов, ориентации процесса на достижение спортивных результатов. Для обоснования роли педагогического сопровождения подготовки спортсменов фигуристов приведены характеристики фигурного катания как сложнокоординационного вида спорта, требующего также наличия творческих способностей. Омоложение фигурного катания, его публичность и эмоциональная насыщенность предъявляет повышенные качества к личностным характеристикам спортсменов, что приводит нас к выводу о необходимости усиления роли педагогического сопровождения спортивной подготовки спортсменов-фигуристов. Анализ литературы, посвященной проблемам педагогического сопровождения позволяет сделать вывод об отсутствии конкретных предметных работ об эффективных практиках подобной работы. Большинство работ лишь очерчивают общие методологические рамки, не предлагая алгоритмов педагогического сопровождения и контроля в спортивной деятельности. Предполагая, что распространение цифровых технологий и высокий интерес к их применению среди детей и подростков может стать ресурсом развития педагогического сопровождения, нами выполнен обзор и классификация информационных технологий с оценкой возможностей их применения в спортивной и педагогической видах деятельности, изучены особенности их применения для организации онлайн тренировок и педагогического сопровождения спортсменов в период самоизоляции и ограничений в условиях пандемии. В результате теоретического анализа разработаны проекты методики организации педагогического сопровождения и стратегия эмпирического исследования.

Во **второй главе «Факторы и условия педагогического сопровождения»** выполнен анализ проблем подготовки спортсменов фигуристов к соревнованиям в условиях самоизоляции в период пандемии Covid-19, проанализированы данные для обоснования методики педагогического сопровождения и раскрытия ее содержания, подобраны данные для проектирования педагогического эксперимента по апробации представленной методики.

На основе анализа методик спортивной тренировки и наблюдения за

процессом организации подготовки спортсменов-фигуристов в условиях эпидемиологических ограничений, невозможности использовать возможности специальной спортивной инфраструктуры, увеличения экономического бремени на обеспечение тренировочного процесса с применением информационных технологий нами определяются основные факторы повышения эффективности педагогического сопровождения: педагогическая компетенция тренера, качество коммуникаций между всеми участниками тренировочного процесса, непрерывность тренировочного процесса, семейная поддержка, способность спортсмена и его ближайшего окружения сохранить мотивацию к занятиям и мотивацию достижения, а также готовность и наличие возможности применять информационные технологии. Таким образом, построение модели педагогического сопровождения было нацелено на поддержание готовности к тренировочному процессу, сохранению регулярности тренировок, повышение чувства уверенности в собственных силах и включало в себя организацию совместного (тренер-спортсмен-родители) планирования повседневной деятельности (тренировки и их местоположение, учеба, отдых), формирование мотивации и потребности в достижении спортсменов с помощью подобранных видеоматериалов (фильмов, видео с выступлениями на соревнованиях кумиров занимающихся). Основной стратегией было выбрано создание образа будущего успеха на основе индивидуальных особенностей и мотиваторов каждого занимающегося. Для обеспечения непрерывности тренировочного процесса спортсменов-фигуристов была разработана модель онлайн-формата тренировок УТГ З экспериментальной группы. Модель включала в себя четыре блока: блок физической подготовки, блок технической подготовки, блок психологической подготовки, контрольный блок и педагогическое сопровождение.

Блок физической подготовки включал в себя ежедневные задания, выдаваемые тренером спортсмену направленные на поддержание уровня развития основных физических качеств. Блок технической подготовки осуществлялся посредством дистанционного онлайн-просмотра проката спортсменов с единовременными комментариями тренера. Технически это осуществлялось с помощью видео-звонка по WhatsApp и беспроводного наушника в ухе спортсмена. Помощник спортсмена снимал выполняемые упражнения на льду на телефон в прямом эфире видеозвонка, а тренер давал задания, говорил ошибки при выполнении упражнений на льду, корректировал исполняемые элементы.

Блок психологической подготовки представлял собой различные формы коммуникаций между всеми участниками тренировочного процесса для поддержания мотивации спортсмена к занятиям и сохранению спортивной формы. Анализ и рефлексия видеозаписей тренировок проводилась ежедневно с участием тренера и других спортсменов, также в процессе анализа видеозаписей проводился сравнительный анализ индивидуального прогресса каждого спортсмена. Этот блок реализовывался путем бесед тренера и

спортсмена.

Контрольный блок включал в себя контроль физической подготовки (в форме ежедневной видеоотчетности по выполняемым упражнениям), контроль технической подготовки спортсмена (по анализу проката в прямом эфире), контроль психологической готовности спортсмена (анкетирование оценки уровня мотивации к занятиям фигурным катанием).

Для понимания особенностей решения возникших проблем, связанных с переходом к онлайн режиму тренировок и последствий такого перехода мы обратились к оценке спортсменами сложившейся ситуации, при которой возрастаёт значимость качества взаимодействия между спортсменами, спортсменом и тренером. Режим самоизоляции значительно изменил дискурсивное оформление всех сторон коммуникации, необходимых для организации тренировочного процесса, мотивации спортсменов не только на результат, но и сохранение привычного режима спортсмена. Были определены составляющие педагогического дискурса в спортивно-тренировочном контексте, определены ключевые особенности и проблемы тренировочного процесса в период карантина, а также выявить опорные точки выхода из создавшейся ситуации вынужденной самоизоляции с максимально возможной спортивной формой для достижения спортивных результатов в последующем соревновательном сезоне.

Третья глава диссертации «Эффективность применения онлайн-технологий в педагогическом сопровождении тренировочного процесса спортсменов-фигуристов»

Глава посвящена обзору эмпирического исследования, описанию этапов исследования и методик, применяемых в исследовании. анализу результатов полученных в итоге эксперимента и обоснованию работы выводов.

С целью выявления тем, значимых для спортсменов, тренеров и других участников, вовлеченных в процесс спортивной подготовки проведен дискурсивный анализ высказываний, представленных в социальных сетях, чатах спортсменов, тренеров, родителей, интервью в СМИ. Методологической основой данного исследования выступило системное описание материалов бесед и фактологического материала на тему тренировок в период самоизоляции с применением дискурсивной процедуры анализа. Исследование было направлено на выявление типичных маркеров по проблеме срыва тренировочного процесса из-за пандемии Covid-19, по особенностям тренировок фигуристов в условиях самоизоляции в период с марта по май 2020 года, а также по проблеме выхода на тренировки после самоизоляции и результатам первых соревнований осенью 2020 года.

Были проанализированы высказывания спортсменов и тренеров в блогах, социальных сетях, а также изучены интервью за исследуемый период. Всего было проанализировано около 100 источников среди которых высказывания спортсменов ДЮСШ, высококвалифицированных спортсменов и тренеров различных категорий.

На основе проведенного анализа были получены данные о наиболее

актуальных проблемах нарушения тренировочного ритма, среди которых отмечалась неопределенность перспектив в связи с переводом тренировочного процесса в период карантина весны 2020 года в дистанционный онлайн-формат и беспокойство спортсменов о возможностях сохранить спортивную форму. Переживания изоляции были связаны с сомнениями относительно обеспечения качества поддержки спортивной формы, при оценке перспектив и эффективности тренировочного процесса у большинства спортсменов преобладал пессимизм. У большинства спортсменов доминировали пессимистичные ожидания, связанные с потерей навыков при выходе на лед после карантина, что, согласно их оценкам, связано с отсутствием необходимого формата тренировочного процесса, отсутствием льда и пространства. Переоценка же своих возможностей (по результатам высказываний спортсменов), особенно в тех случаях, когда в дистанционном формате был нарушен режим регулярности, в дальнейшем показала свою несостоятельность: для многих из них возвращение к тренировочному процессу и соревновательной практике не привели к ожидаемым высоким результатам. Многие спортсмены опасались возможности травм по окончании периода самоизоляции, что подтвердилось на практике: многие спортсмены получили травмы после выхода с онлайн тренировок из-за отсутствия тренировок на льду и с избыточно оптимистичной оценкой физического состояния и функциональной готовности, что подтверждается также экспертным мнением врачей. Спортсмены и тренеры, поддерживающие постоянный контакт и организовавшие регулярные тренировки в онлайн-формате отмечали сохранение высокого уровня мотивации спортсмена, что способствовало также сохранению спортивной формы спортсменов-фигуристов. При включении в дискурсивное поле взаимодействия тем, связанных с поддержанием реалистичной оценки собственных возможностей и потерь, с осознанием специальной стратегии включения в нормальный тренировочный режим переход к тренировкам к традиционном режиме оказался менее травматичным, а результаты соревновательной деятельности более успешными.

Данный анализ позволил определить набор факторов, повышающих качество педагогического сопровождения спортивной подготовки юных спортсменов в условиях нарушения стандартного ритма тренировочного процесса.

Опрос тренеров был проведен для понимания их отношения к значимости педагогического сопровождения, готовности к апробации модели и рефлексии ее эффективности. Для понимания психологического и мотивационного состояния юных фигуристов в период тренировок, в том числе в дистанционном режиме проведен опрос с помощью анкетирования родителей $N=32$. Естественный эксперимент (контрольная и экспериментальная группа по 16 детей в каждой для обоснования значения и эффективности элементов педагогического сопровождения

Схема эксперимента включала в себя три этапа – констатирующий,

формирующий, контрольный. Для оценки эффективности применения методики педагогического сопровождения тренировочного процесса спортсменов фигуристов с использованием онлайн-технологий дистанционного обучения в условиях самоизоляции в период пандемии Covid-19, подобраны методы оценки мотивации спортсменов. Для математической обработки данных выбран t-критерий Стьюдента..

Для оценки эффективности использования онлайн-технологий в тренировочном процессе фигуристов нами было запланировано исследование особенностей организации тренировочного процесса в период самоизоляции и последовавший за ним соревновательный сезон.

Через месяц после выхода из карантина и на первых стартах проводился анализ коэффициентов базовой стоимости участников исследования (суммы технической стоимости элементов программы без судейской надбавки за чистоту исполнения) (таблица).

Таблица

Сравнительный анализ коэффициентов базовой стоимости спортсменов

№	Коэффициенты базовой стоимости через месяц после выхода с карантина		Коэффициенты базовой стоимости на первых стартах	
	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ
1	8,76	10,88	9,5	11,4
2	8,06	9,72	8,58	10,28
3	6,08	10,94	7,18	11,2
4	5,9	11,2	5,9	12,72
5	6,2	8,28	7,3	7,18
6	9,6	9,78	8	10,34
7	6,19	7,4	8,81	8,5
8	6,82	6,2	7,08	7,3
Сре д. знач.	7,20±1, 42	9,30±1,83*	7,79±1 ,15	9,87±2,01*

*Различия достоверны, $p<0,05$

Через месяц после выхода на лед состоялся контрольный прокат для оценки спортивной формы участников исследования. Было выявлено, что у фигуристов экспериментальной группы коэффициент базовой стоимости программы в среднем равен $9,30\pm1,83$ балла, что на 2,099 балла выше чем у фигуристов контрольной группы. Статистический анализ результатов исследования коэффициентов базовой стоимости программы через месяц после карантина на контрольном прокате выявил достоверные различия показателей контрольной и экспериментальной групп по критерию Стьюдента ($p<0,05$).

Исследование, проведенное на первых стартах показало, что у фигуристов экспериментальной группы коэффициент базовой стоимости

программы на первых соревнованиях после выхода с карантина в среднем равен $9,87 \pm 2,01$ балла, что на 2,071 балла выше чем у фигуристов контрольной группы. Статистический анализ результатов исследования коэффициентов базовой стоимости программы на первых стартах также выявил достоверные различия показателей контрольной и экспериментальной групп по критерию Стьюдента ($p < 0,05$).

На основе проведенного анализа коэффициентов базовой стоимости программы на контрольном прокате и на первых стартах можно сделать вывод, что спортсмены, занимающиеся онлайн показывают достоверно более высокие результаты по сравнению со спортсменами, не занимающимися в период карантина.

В ходе естественного эксперимента проводился анализ мотивации к занятиям спортом и потребности достижения цели у спортсменов, вынужденных перейти на онлайн-формат тренировочного процесса.

Уровень мотивации к занятиям спортом и потребности достижения цели у спортсменов диагностировался сразу после начала карантина и после выхода из него. Сразу после начала карантина у спортсменов и контрольной и экспериментальной группы диагностировался низкий уровень мотивации к занятиям ($p > 0,05$) и пониженная потребность достижений цели ($p > 0,05$).

К моменту выхода с карантина у детей экспериментальной группы наблюдается положительная динамика уровня мотивации, что составило 69,2% ($p < 0,01$). У детей контрольной группы мотивация не изменилась и осталась на низком уровне.

Потребность достижения цели у спортсменов также изменилась. Так, у спортсменов экспериментальной группы исследуемый показатель увеличился на 86,3% ($p < 0,01$), а у спортсменов контрольной группы снизилась по сравнению с исходным уровнем на 9% ($p < 0,05$).

Статистическая обработка данных при повторной диагностике выявила достоверность различий между контрольной и экспериментальной и контрольной группой ($p < 0,05$).

Заключение

Предпринятое исследование даёт основание для нижеследующих выводов.

Внедрение в мировой спорт инновационных технологий различного рода привели к формированию нового подхода в подготовке спортсменов, связанного с всесторонней интеграцией тренировочного процесса с научными разработками в области медицины, биологии, биомеханики, инженерно-технических технологий, которые составляют основу комплексного мониторинга функционального состояния спортсменов в процессе спортивной подготовки, под которым понимают совокупность мероприятий по регистрации и анализу показателей физической работоспособности, психологической устойчивости, технико-тактического мастерства, эффективности сопровождающих программ тренировки и восстановления,

направленных на повышение результативности и обеспечение безопасности спортивной подготовки.

Вынужденный переход на дистанционное обучение в связи с текущей пандемией коронавирусной инфекции COVID-19 весной 2020 года потребовал разработки особой технологии организации тренировочного процесса. Несоответствие домашних условий спортивным задачам, отсутствие спортивного инвентаря, удаленность тренера и других членов команды, сопутствующие сложности их взаимодействия изменили как организационные, так и методические компоненты тренировочного процесса, заставили пересмотреть систему учебно-тренировочных занятий и требований.

Наиболее ощутимые изменения коснулись снижения объема тренировочных нагрузок и специальных упражнений, сужения спектра педагогических возможностей тренера, ослабления соревновательной мотивации спортсменов. Сущность педагогического сопровождения в спортивной деятельности обусловлена наличием специфических особенностей командного вида спорта в целом, что отражается в физических и психологических нагрузках на атлета, в направленности на сознательное развитие его двигательных способностей, собственного физического «Я», на субъективные переживания, высокий уровень волевых усилий, скорость приема и переработки информации, оперативность мыслительных действий. Содержание педагогического сопровождения в спорте предполагает создание условий, способствующих развитию юного атлета не только как участника соревновательного процесса, но и как обычного подростка.

В процессе диссертационного исследования была разработана методика учебно-тренировочного процесса и педагогического сопровождения с применением онлайн-технологий. Экспериментальная проверка разработанной методики в ходе педагогического эксперимента, осуществленная на базе ГАО СШ по зимним видам спорта г. Волгоград, позволяет утверждать, что применение предложенной методики на практике в тренировочном процессе способствует формированию высокого уровня мотивации к достижению цели и более успешному выступлениям на соревнованиях.

Таким образом, в результате исследования получены новые данные об особенностях тренировочного процесса в условиях эпидемиологических ограничений; разработана программа педагогического сопровождения подготовки спортсменов фигуристов с применением онлайн технологий, которая может лечь в основу комплексной модели; на основе данных эмпирического исследования доказана результативность применения разработанной программы в тренировочном процессе.

Предпринятое в диссертации исследование не исчерпывает всего содержания проблемы применения онлайн-технологий в педагогическом сопровождении учебно-тренировочного процесса фигуристов в условиях самоизоляции и открывает перспективы для дальнейших изысканий. Тема диссертационной работы представляется перспективной, так как

предложенная методика с привлечением иных методов, приёмов, нового комплекса заданий может быть адаптирована и аналогичным образом применена к учебно-тренировочному процессу по фигурному катанию в привычном формате вне вынужденной самоизоляции по причине пандемии.

Основные положения диссертации отражены в следующих публикациях автора:

Статьи и журналы, рекомендованные ВАК РФ для публикации результатов исследований:

1. Гурьянов И.В. Дискурсивное оформление системы подготовки фигуристов – одиночников в условиях самоизоляции / И.В. Гурьянов // Перспективы науки.- 2022. - №2 (149) – С.
2. Гурьянов И.В. Факторы эффективности тренировочного процесса спортсменов-фигуристов в онлайн формате в период карантина / И.В. Гурьянов // Глобальный научный потенциал. - 2022. - №2 (128) – С.
3. Гурьянов И.В. Содержание учебно-тренировочного процесса в онлайн-формате как фактор формирования мотивации к занятиям у фигуристов в период самоизоляции / И.В. Гурьянов // Глобальный научный потенциал. - 2022. - №2 (128) – С.

Публикации в других издания:

4. Гурьянов И.В. Этические вопросы применения цифровых технологий в фигурном катании / И.В. Гурьянов // Спорт и физическая культура в системе социальных наук : сборник статей Всероссийской научно-практической конференции (26 октября 2021 г.). – Уфа: БашИФК, 2021. – С. 84-87.
5. Гурьянов И.В. Влияние проведения тренировочных занятий в онлайн-формате на мотивацию спортсменов / И.В. Гурьянов // Шаг в науку: сборник статей V Всероссийской научно-практической конференции молодых ученых (17 декабря 2021 г.). – Москва: МГПУ, 2021.- С.
6. Гурьянов И.В. Влияние проведения тренировочных занятий в онлайн-формате на мотивацию спортсменов / И.В. Гурьянов // Физическое воспитание и спорт – взгляд в будущее: интеграция науки и цифровых технологий в образование и практику: сборник статей Международной научно-практической конференции (31 марта 2022 г.). – Москва: МГПУ, 2022. (в печати)