

## СОВРЕМЕННЫЕ ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ И СПОРТЕ

д.ф.п., доц. А-А.Х. Рамазанов<sup>1а</sup>, А.С. Гусейнов<sup>1б</sup>

<sup>1</sup>Азербайджанская государственная академия физической культуры и спорта

<sup>а</sup> [Aliagha.ramazanov@sport.edu.az](mailto:Aliagha.ramazanov@sport.edu.az), [orcid.org/0000-0002-7595-3784](https://orcid.org/0000-0002-7595-3784)

<sup>б</sup> [Asifhuseynov2021@sport.edu.az](mailto:Asifhuseynov2021@sport.edu.az), [orcid.org/0009-0008-6120-8354](https://orcid.org/0009-0008-6120-8354)

### Nəşr tarixi

Qəbul edilib: 17 aprel 2023

Dərc olunub: 23 iyun 2023

© 2022 ADBTİA Bütün hüquqlar qorunur

**Аннотация.** Использование информационных технологий является настоящей необходимостью в системе подготовки и переподготовки современного спортсмена. Высокие спортивные достижения представителей развитых стран на международных соревнованиях самого высокого ранга обусловлены эффективным использованием данных технологий в повышении их спортивного мастерства. Если мы хотим, чтобы азербайджанский спорт на равных конкурировал с лучшими зарубежными представителями, необходимо приложить серьёзные усилия для внедрения современных информационных технологий в подготовке высококлассных спортсменов.

**Ключевые слова:** *современные информационные технологии, инновация, новшества в спорте, цифровое табло, конверсия высоких технологий спорта, высокотехнологические средства в спортивных школах, система Goji Play.*

Переход от традиционных средств к использованию современных информационных и коммуникационных технологий позволяет значительно эффективнее осуществлять сбор, обработку и передачу информации, вести самостоятельную работу и самообразование, качественно изменить содержание, методы и организационные формы обучения.

Информационные технологии используются на разных уровнях, включая простые задачи, такие как ведение делопроиз-

водства и создание баз данных, и более сложные задачи, которые требуют специализированных знаний и умений, например, анализ биомеханики движения спортсменов, проектирование тактических схем ведения спортивных соревнований, оценка функционального состояния спортсменов и их адаптационных возможностей к физической нагрузке. Информационные технологии могут использоваться для различных целей, таких как цифровое видео, цифровые табло и проекционные системы, без которых не обходится ни одно крупное соревнование.

Для любого спортсмена достижение хорошей физической формы является важнейшим фактором в обеспечении качественной соревновательной деятельности и получении высоких результатов. Физические параметры будут наращиваться постепенно в ходе тренировок, при этом увеличиваемые нагрузки способствуют развитию силы, выносливости, координации, скорости и многих других важных качеств, необходимых для достижения поставленной цели. Как правило, профессиональные спортсмены имеют команду специалистов, которая включает в себя тренеров по физической подготовке, психологов, массажистов и спортивных врачей, которые используют свои знания, последние тренировочные методики, разнообразное тренажерное оборудование и научные достижения для эффективной подготовки спортсменов. Однако в обычных школах, вузах и спортивных школах использование высокотехнологичных средств на тренировках остается ограниченным. Цель данной статьи - рассмотреть новинки, при использовании которых тренировочный процесс может быть более эффективным, интересным и разнообразным.

### Система Goji Play

Недавно была объявлена новая система Goji Play, разработанная создателями популярной игры Guitar Hero, которая позволяет сочетать тренировки на тренажерах с видеоиграми. Таким образом, занятия физическими упражнениями становятся интересным развлечением. В Goji Play входят два беспроводных контроллера, крепящихся на ручки тренажера, каждый из которых имеет пару кнопок, а также датчик активности, который необходимо носить в спортивной одежде или привязывать к поясу во время тренировки. Игры запускаются на устройствах iPad или iPhone, которые крепятся на держателе тренажера. Управление в играх осуществляется кнопками на контроллерах и движениями тела, которые отслеживает датчик активности. Например, бег или кручение педалей на тренажере приводят к движению персонажей в игре или автомобилей. Создатели Goji Play утверждают, что благодаря этой системе можно увлекательно проводить время за видеоиграми и при этом продвигать более активный образ жизни. Они даже придумали слоган: «Пусть 30 минут занятий ощущаются как 5 минут». В настоящее время на Goji Play доступны десятки игр, а также спортивное приложение, которое позволяет сохранять достижения в тренировках, такие как время, пройденное расстояние, скорость и количество сожженных калорий.

### *Браслет Fuel Bans*

Второе поколение браслетов Fuel Bans является усовершенствованной версией предыдущего выпуска и позволяют сравнивать текущие результаты спортсменов не только со своими историческими значениями, но и с результатами других спортсменов с помощью имеющегося онлайн-ресурса. Это нововведение способствует появлению и поддержанию состязательного азарта между тренирующимися.

*Современные спортивные тренажеры.*

Известно, что первый тренажер в ми-

ре возник случайно в виде Шведской стенки, которая помогла Шведскому врачу Хенрику Лингу излечить парализованную руку в начале XIX века. Вначале тренажеры использовались исключительно в медицинских целях для восстановления после травм, однако со временем они стали неотъемлемой частью истории спорта. Тренажеры способны помочь как любителям, так и профессиональным спортсменам поддерживать свою форму между соревнованиями. Существуют специальные тренажеры для автогонщиков и горнолыжников, которые помогают улучшать навыки. В настоящее время существуют умные тренажеры, которые могут воздействовать на нужные группы мышц без усилий со стороны человека, что позволяет осуществлять фитнес-тренировки для ленивых.

В данной области существуют новые продукты, например бассейны с функцией противотока для тренировок и тренажеры для лыжников, однако в будущем мы можем ожидать ещё более значительных прогрессов в этой области. С каждым днём современное общество получает все больше информации, а использование передовых информационных технологий в сочетании с подготовкой профессиональных спортсменов и людей, заботящихся о своём физическом развитии, уже стали обычной практикой.

Для успешной работы в условиях информационного общества необходимы навыки работы с компьютерами, телекоммуникационными системами и другими средствами информационных технологий, без которых любой специалист сегодня не может обойтись. В этой связи, для эффективной подготовки и переподготовки современных спортсменов необходимы информационные компоненты и системы. Многие зарубежные страны уже давно вовлечены в процессы информатизации и применения новых технологий, в то время как в Азербайджане на этом фоне заметны задержки. Поэтому информатизация в области физической культуры и спорта должна стать од-

ним из ключевых аспектов развития Азербайджана как государства.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. **Богданов В.М.** *Использование современных информационных технологий в теоретической методике - практической подготовке студентов по физическому воспитанию.* Материалы всерос. Науч. практ. конф. СПб -2000 г.
2. **Бумарскава Н.Н.** *Актуальные вопросы физического воспитания и спорта.* Сбор. Статей учеб. метод и научно-практич. Выпуск 7 Москва МГСУ 2014 г.
3. **Бальсевич В.К.** *Перспективы развития общей теории и технологий спортивной подготовки и физического воспитания.* Теория и практика физической культуры 2000 г. №4.
4. **Матвеев Л.П.** *Теория и методика физической культуры.* 3-е издание. Москва, Физкультура и спорт. Академ. Пресс 2008 г.
5. **Карасев А.В.** *Актуальные проблемы физической культуры и спорта в XXI веке.* Сборник материалов XXI международной научно-практической конференции. 2019 Москва.
6. **Nuriyev Y., Əkbərov V.** *İdman qurğuları və trenajorlar.* Dərslük, Bakı-2020.

### BƏDƏN TƏRBIYƏSİ VƏ İDMAN SAHƏSİNDƏ MÜASİR İNFORMASIYA TEKNOLOGİYALARI

p.ü.f.d., dos. Ə.X. Ramazanov<sup>1a</sup>, A.S. Hüseynov<sup>1b</sup>

<sup>1</sup> *Azərbaycan Dövlət Bədən Tərbiyəsi və İdman Akademiyası*

<sup>a</sup> [Aliagha.ramazanov@sport.edu.az](mailto:Aliagha.ramazanov@sport.edu.az), [orcid.org/0000-0002-7595-3784](https://orcid.org/0000-0002-7595-3784)

<sup>b</sup> [Asifhuseynov2021@sport.edu.az](mailto:Asifhuseynov2021@sport.edu.az), [orcid.org/0009-0008-6120-8354](https://orcid.org/0009-0008-6120-8354)

**Анотасија.** Бу еhtияцн һәяатә кәçирилмәси информасија компонентләри вә мұасир идманçыннн һазырланмасы вә yenidән һазырланмасы системи daxil edilmәдән мүмкүн deyil. Bir çox xarici dövlətlər информасија cәmiyyәtinin yeniliklərini çox erkән mәнimsәyir. Azərbaycanда информасија технологийаларının inkişafı vә tәtbiqinin ləng tempi bәzi xarici ölkələrlә müqayisədə göz qabağındadır. Azәр-

baycanın bir dövlət kimi inkişafında bәдән tәрbiyәsi vә idman sahәsinin информасијalaşdırılması әsas mәqamlardan biri olmalıdır.

**Аçар sözlәр:** мұасир информасија технологийалары, innovasiya, idmanda yeniliklər, rәqәmsal tablo, yüksәk технологийalı idman konvertasiyası, idman mәktәblәrində yüksәk технологийalı qurğular, Goji Play sistemi.

### MODERN INFORMATION TECHNOLOGIES IN THE PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

ass. prof., PhD in ped. A.A. Ramazanov<sup>1a</sup>, A.S. Huseynov<sup>1b</sup>

<sup>1</sup> *Azerbaijan State Academy of Physical Education and Sport*

<sup>a</sup> [Aliagha.ramazanov@sport.edu.az](mailto:Aliagha.ramazanov@sport.edu.az), [orcid.org/0000-0002-7595-3784](https://orcid.org/0000-0002-7595-3784)

<sup>b</sup> [Asifhuseynov2021@sport.edu.az](mailto:Asifhuseynov2021@sport.edu.az), [orcid.org/0009-0008-6120-8354](https://orcid.org/0009-0008-6120-8354)

**Annotation.** The realization of this need is impossible without the inclusion of infor-

mation components and the system of training and retraining of a modern athlete. Many fo-

reign states master the novelties of the information society much earlier. The slow pace of development and application of information technologies in Azerbaijan is obvious in comparison with some foreign countries. In the development of Azerbaijan as a state, informati-

zation of the sphere of physical culture and sports should be one of the key points.

**Keywords:** *modern information technology, innovation, innovations in sports, digital scoreboard, high-tech sports conversion, high-tech facilities in sports schools, Goji Play system.*