

THE HISTORY OF AMERICAN FOOTBALL

© 2020 Paramonova Irina Mikhailovna
Student

Samara State University of Economics
Samara State University of Economics
E-mail: paramonova.ira1999@yandex.ru

Keywords: American football, history, ball games, rugby, football.

This article describes the history of the development of American football. The prerequisites of the origin of this sport are considered, the stages of its occurrence from antiquity to the present are described.

УДК 796

Код РИНЦ 77.00.00

РОЛЬ И ВЛИЯНИЕ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ НА ФИЗИЧЕСКУЮ КУЛЬТУРУ И СПОРТ

© 2020 Полякова Ирина Николаевна*
студент

Самарский государственный экономический университет
E-mail: polyakovairina99@mail.ru

Ключевые слова: цифровые технологии, физическая культура, профессиональный спорт, здоровый образ жизни.

В данной работе рассматриваются способы проявления цифровых технологий в физической культуре и спорте. Их положительное влияние на становление и развитие физических составляющих нации и человечества в целом. Изучение данной проблемы основывается на рассмотрении различных проявлений цифровых технологий в спорте. Данная тема актуальна в условиях современного общества, так как способствует развитию и совершенствованию физического здоровья человека.

Двадцать первый век по праву считается веком информации, он характеризуется высоким уровнем развития цифровых и телекоммуникационных технологий. Под недавно появившимся понятием - "цифровые технологии" понимают техническое устройство или приспособление, предназначенное для получения и обработки информации в цифровой форме.

В современном обществе технологии играют важную роль в общественной и личной жизни человека. Сейчас каждый пользуется каким-либо цифровым устройством в

* Научный руководитель - Николаева Ирина Валерьевна, кандидат педагогических наук, доцент.

повседневной жизни, и не может представить свой день без технического приспособления. Так, например, телефон, компьютер, современные электронные часы или беспроводные наушники являются устройствами, которые в разы упрощают жизнь человека.

Еще 25-30 лет назад человечество даже представить не могло, что компьютер сможет уместиться в ладони. Все меньше внимания уделяется печатным изданиям: ученые говорят о том, что лет через 30 газеты, журналы и книги совсем исчезнут с прилавков. С одной стороны, цифровые технологии - это хорошо, так как хранить большое количество информации легче и удобнее в электронном виде. С другой стороны - человечество становится все более зависимым от технологических приспособлений.

В связи с популярностью данного направления деятельности появляется все больше организаций, которые специализируются на той или иной отрасли цифровых технологий. С каждым годом создается все больше программ и устройств в области медицины, коммуникации, образования, производства, анализа и т.д. Так, например, в области образования цифровые технологии значительно облегчают обучение. 100% учащихся (студентов, школьников) имеют доступ в образовательном учреждении к интернет платформе, которая позволяет найти любую необходимую информацию. Так же существует дистанционное обучение, которое позволяет поступить в иностранный университет и обучаться в другой стране, даже не выходя из комнаты.

Но, если посмотреть чуть уже и обратить внимание на развитие цифровых технологий именно в области физической культуры и спорта, то какие же произошли изменения и какие существуют устройства, программы и приспособления для более эффективного и удобного занятия спортом?

Переходя к вопросу современных технологий в спортивной сфере, с полной уверенностью можно сказать, что такие профессии, как тренер и фитнес-инструктор - останутся актуальными относительно долго и даже с ростом качества информационных технологий, робототехники и автоматизации процесса обучения, актуальность и нужда в специалистах данной сферы не уменьшится.

Физическая культура - активная двигательная деятельность человека, направленная на укрепление и повышение здоровья¹.

Физическая культура и спорт являются способом самосовершенствования человека, и поэтому во многих странах проводятся активные дискуссии на тему улучшения этой сферы. Система физкультурного образования детей, подростков, молодежи и других категорий населения страны является объектом постоянного совершенствования, так как оздоровление нации и формирование здорового образа жизни населения является основной целью стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации. Цифровые технологии являются одним из инструментов повышения эффективности активной физической деятельности человека².

В России насчитывается от 10000 до 17000 спортивных организаций, которые специализируются на области цифровых технологий в спорте, от крупных региональных федераций до мелких предприятий. Разделяет все спортивные организации на две группы - востребованность и успех. Одни успешны, активно развиваются, привлекают новых участников. Другие малоизвестны либо вовсе закрываются, просуществовав совсем недолго. И если проанализировать деятельность спортивных организаций из обеих групп, выяснится интересный факт: успешные организаторы внедрили IT-технологии.

Стоит рассмотреть, какие именно инструменты существуют на данный момент и помогают людям всего мира развиваться в области физической культуры.

Цифровые технологии в спорте по кругу применения можно разделить на две группы:

1. Люди, использующие цифровые технологии для профессионального спорта.
2. Люди, использующие цифровые технологии для личного пользования.

К первой группе лиц относятся спортсмены всего мира, участвующие в различных соревнованиях и олимпиадах, спортивные тренеры, фитнес-тренеры и люди занимающиеся спортом под наблюдением специалиста. Эта группа лиц пользуется соответствующим набором инновационных технологий. Начиная с онлайн эфиров, усовершенствованного спортивного оборудования (мониторы сердечного ритма для лыжных гонщиков, инновационное диагностическое оборудование) и заканчивая новейшими методами тренировки спортсменов (кроссфит - современная система силовых упражнений).

К второй группе относятся все физические лица, пользующиеся технологическими приспособлениями для самосовершенствования в области физической культуры и спорта.

Эта группа так же пользуется соответствующим ей набором спортивных технологий. Такими являются не только популярные тренажеры, беговые дорожки и фитнес браслеты, но и менее известные iPod Nano - плеер для спортсменов, GoPro - камера для экстремалов, интерактивные очки Recon Jet, которые оснащены камерой и слотом памяти для активного вида спорта. Так же ярким пример использования цифровых технологий в спортивном инвентаре являются "умный" футбольный мяч miCoach Smart Ball, который может выступить в качестве личного тренера для футболиста, помогая отточить мастерство по нанесению разнообразных ударов, и "умные" гантели (C-Ring Dumbbells), которые сами подсчитают количество сожженных вами во время тренировки калорий³.

Изучив сферу цифровых технологий в области физической культуры и спорта с уверенностью можно сказать, что в современном спортивном мире использование технологий затрагивает не только некоторые моменты профессионального спорта, его этапы подготовки и проведения, но и самостоятельных спортивных единиц, которые занимаются спортом для самосовершенствования.

Цифровые технологии оказывают огромное влияние на оптимизацию тренировочного процесса, спортивного оборудования, сопровождающего инвентаря, и помогают достигать более высоких результатов в спортивной деятельности человека. Цифровой спорт обеспечивает не только безопасный рациональный тренировочный процесс, но и обеспечивает расширение круга людей (по половому или возрастному критерию), вовлеченных в здоровый образ жизни.

¹ Гетман А.Ю., Остриков А.П. Роль информационных технологий в спорте.// Материалы всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции международный опыт, Ч. 1. Краснодар - 2016. С. 72-74.

² Ханевская Г.В. Современные технологии образования в области физической культуры //В сб. "Здоровьесбережение как инновационный аспект современного образования" Региональная студ. научно-практическая конференция г. Екатеринбург 2013г. С. 27 - 33.

³ Спорт высоких инноваций. ТОП-10 лучших примеров слияния спорта и технологий // Novate [Электронный ресурс]. - 2017. - Режим доступа-<https://novate.ru/blogs/140813/23740/>. - Дата доступа: 12.03.2020.

THE ROLE AND IMPACT OF DIGITAL TECHNOLOGIES ON PHYSICAL CULTURE AND SPORT

© 2020 Polyakova Irina Nikolaevna
Student
Samara State University of Economics
E-mail: polyakovairina99@mail.ru

Keywords: digital technologies, physical culture, professional sports, healthy lifestyle.

This paper, we consider ways of displaying digital technologies in physical culture and sports. Their positive impact on the formation and development of the physical component of the nation and humanity as a whole. The study of this problem is based on the consideration of various manifestations of digital technologies in sports. This topic is relevant in modern society, as it contributes to the development and improvement of physical health.

УДК 796/799
Код РИНЦ 77.00.00

ВЛИЯНИЕ СПОРТА НА ЧЕЛОВЕКА

© 2020 Пышкина Елизавета Сергеевна*
студент
Самарский государственный экономический университет
E-mail: lpushkinal07@mail.ru

Ключевые слова: влияние спорта на человека, роль спорта, физическая активность.

В данной статье описывается влияние спорта на человека, его психическое и физическое состояние. Проанализирована статистика вовлеченности в спорт граждан Российской Федерации, выявлены показатели человека, на которые влияет спорт.

Министерство спорта и Правительство РФ ставят одной из своих приоритетных задач повышение физической активности в стране. Так, благодаря их политике и принятым мерам с 2015 года этот показатель увеличился почти на 8%¹.

Физическая активность и сам спорт, как один из ее частей, положительно сказываются на здоровье человека, его характере, личности, умственных способностях. Она помогает циркуляции крови, поступлению кислорода в мозг, улучшению дыхания, борьбе организма с вирусами за счет повышения температуры.

* Научный руководитель - Савельева Ольга Викторовна, старший преподаватель.