

**ПРИМЕНЕНИЕ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ В ГИМНАСТИКЕ**

**Рахимбердиева Д.Н**

*Магистрант II курса Узбекского государственного  
университета физической культуры и спорта  
Узбекистан, город Чирчик*

**E-mail: [dilyarahimberdiyeva9@gmail.com](mailto:dilyarahimberdiyeva9@gmail.com)**

*GIMNASTIKA SPORT TURIDA AXBOROT-KOMMUNIKATSIYA  
TEXNOLOGIYALARINI QO‘LLASH*

*Rahimberdiyeva D.N*

*O‘zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universitetining  
II- bosqich magistranti  
O‘zbekiston, Chirchiq shahri*

**E-mail: [dilyarahimberdiyeva9@gmail.com](mailto:dilyarahimberdiyeva9@gmail.com)**

*APPLICATION OF INFORMATION AND COMMUNICATION  
TECHNOLOGIES IN GYMNASTICS*

*Rakhimberdiyeva D.N.*

*2nd year master's student  
Uzbek State University of Physical Culture and Sports  
Uzbekistan, Chirchik city*

**E-mail: [dilyarahimberdiyeva9@gmail.com](mailto:dilyarahimberdiyeva9@gmail.com)**

**Annatsiya.** Ushbu maqolada axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining gimnastikaga ta'siri, shuningdek, mashg'ulotlar va musobaqalar jarayonida ulardan foydalanish yoritilgan.

**Аннотация.** В данной статье описано влияние информационно-коммуникационных технологий в гимнастику, а также применение их в тренировочном и соревновательном процессе.

**Annotation.** This article describes the influence of information and communication Technologies in gymnastics, as well as their use in the training and competitive process.

**Ключевые слова:** информационно-коммуникационные технологии, оценка, гимнастика, мультимедийность, уроки.

**Kalit so'zlar:** axborot-kommunikatsiya texnologiyalari, baholash, gimnastika, multimedia, darslar.

**Key words:** information and communication technologies, assessment, gymnastics, multimedia, lessons.

**Введение.** Информационные технологии в 21 веке являются неотъемлемой частью во всех сферах нашей жизни. Они представляют собой нечто большее, чем простое использование компьютера, поскольку они также вынуждают нас использовать некоторые электронные устройства измерения и оценки, некоторые аудиовизуальные средства для оценки успеваемости учащихся и преподавателей, или даже некоторая последовательность позволяющее нам организовать и объективно оценить конечный результат.

С каждым днем информационные и коммуникационные технологии становятся основой сущности, поэтому умение правильно применять их в спорте является актуальной задачей. Благодаря последним технологическим достижениям компьютеры вошли в жизнь и образование многих людей, поскольку их цена постепенно становилась доступной, а вычислительная мощность увеличивалась. Все эти инновации способствовали слиянию спорта с информационно-коммуникационными технологиями. [1] ИКТ помогают спортсменам учиться, стимулировать и улучшать их работу по выбранному направлению, а это в свою очередь поможет им определиться со своим стилем обучения и сказаться положительно на их мотивации. Очень трудно представить совмещение гимнастики и ИКТ без потери сути дисциплины, так они разные и конфликтующие направления. Основная проблема заключается в способе поддержания уровня участия гимнастики в среде ИКТ. Данная статья направлена, чтобы подчеркнуть положительное влияние использования ИКТ на гимнастику.

В работе [2] подробно описаны преимущества введения ИКТ для организации уроков физического воспитания. Автор отметил, что при введении ИКТ преподавание получит новые измерения, т.к. уроки будут расширены технологическими инструментами, а использование мультимедийных средств обучения, значительно обогатит содержание обучения, которое станет более динамичным и увлекательным.[2] Благодаря таким средствам тренеры смогут настраивать уроки в соответствии со своими предпочтениями развития двигательных навыков и выполнения упражнения. Многообразное использование информационных технологий в гимнастике описаны в работах [3,4]. Одно из свойств информационных технологий – способность сбора и систематизации данных, хранение больших объемов, данных на различных электронных носителях и в облачных хранилищах позволяет формировать базы данных, например, об истории художественной гимнастики, достижениях, проследить как усложнялась и усложнялась эта спортивная дисциплина с течением времени [3]. Также такой способ хранения и использования информации позволяет собрать портфолио гимнастки, создать мультимедийной

продукт, который позволит оценить возможности и перспективы выступающих гимнасток.

Самый распространенный способ использования информационно-коммуникационных технологий – это подготовка музыкального сопровождения для выступления. Используются специальные программы, которые позволяют: сократить музыкальное произведение до нужной длительности, возможно вырезать или поменять местами фрагменты произведения. Специфическое свойство информационных технологий – мультимедийность – «взаимодействие визуальных и аудио эффектов под управлением интерактивного программного обеспечения с использованием современных технических и программных средств, которые объединяют текст, звук, графику, фото, видео в одном цифровом представлении» [4] делают их необходимой частью современных образовательных процессов. Это обусловлено тем, что один из важнейших компонентов дидактики – наглядность можно эффективно реализовать с помощью средств мультимедиа. И это очень актуально на тренировочных занятиях художественной гимнастикой. Следует отметить, что видеоматериалы позволяют наиболее наглядно представлять информацию, связанную с динамическими процессами, например, при обучении различным двигательным действиям, анализе биомеханических характеристик, тактических действий и др. и предлагают решать такие дидактические задачи, как представление в мультимедийном режиме основных фаз движения; моделирование эффективной техники гимнастики с учетом его биомеханических параметров; контроль и самоконтроль технической подготовленности гимнасток.

**Вывод.** В нашем исследовании мы описали важность использования информационных технологий и внедрения цифровизации в гимнастику. Использование информационно-коммуникационных технологий особенно важно при точной оценке амплитуды движений каждого спортсмена во время соревнований. Поэтому использование информационно - коммуникационных технологий в тренировочном и соревновательном процессах увеличивает возможности эффективной оценки подготовленности - это требование настоящего времени. Особая роль информационных технологий заключается в более точной оценке физико-биологических показателей спортсменов и их достижений. Поэтому сегодня необходимо целесообразно управлять тренировочным и соревновательным процессами юных гимнасток с помощью информационно-коммуникационных технологий и широко использовать их в тренировочном процессе. Таким образом, информационно-коммуникационные технологии дают нам возможность точно оценивать каждое движение гимнасток, а также изучать динамику их перемещений и видно, что эти возможности поднялись до уровня современного спроса.

**Использованная литература**

1. Using ICT in physical education. <http://curriculum.becta.org.uk.php>
2. Gérard, L., Mathiot, D., 2000. Techniques audiovisuelles et multimédia. Tomes 1 et 2, Dunod, Paris.
3. Вафоев Б.Р. Использование мультимедийных технологий в тренировочном процессе в сложнокоординационных видах спорта / Б.Р. Вафоев, А.Ю. Частоедова, М.Ш. Яхшиева // Молодой ученый. – 2018. – No38 (224). – С. 182–183. URL: <https://moluch.ru/archive/224/52711/> / (дата обращения: 10.05.2023).
4. Костенко Е.Г. Феномен индивидуального познавательного стиля в современном образовании / Е.Г. Костенко // Человек. Культура. Образование. – 2011. – No2. – С. 187–189