



Министерство спорта  
Российской Федерации

**МИНСПОРТ**

Министерство спорта  
Республики Татарстан



Поволжская государственная  
академия физической культуры,  
спорта и туризма

**IV Всероссийская  
научно-практическая  
конференция  
с международным  
участием**

**«ПРОБЛЕМЫ  
И ПЕРСПЕКТИВЫ  
ФИЗИЧЕСКОГО  
ВОСПИТАНИЯ,  
СПОРТИВНОЙ  
ТРЕНИРОВКИ  
И АДАПТИВНОЙ  
ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ»**



**КАЗАНЬ,  
18 - 19 февраля  
2021 года**



УДК 612.0+796.011.3  
ББК 75.09

**Проблемы и перспективы физического воспитания, спортивной тренировки и адаптивной физической культуры:** материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (18-19 февраля 2021). – Казань: Поволжская ГАФКСиТ Казань, 2021. – 1136 с.

Главный редактор:

Е.В. Бурцева, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры теории и методики физической культуры и спорта

Редакционная коллегия:

Л.А. Парфенова, кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой адаптивной физической культуры и безопасности жизнедеятельности

Н.Н. Мугаллимова, кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой теории и методики физической культуры и спорта

Э.Ш. Шаяхметова, доктор биологических наук, профессор кафедры адаптивной физической культуры и безопасности жизнедеятельности

В.А. Бурцев, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры теории и методики физической культуры и спорта

С.В. Садыкова, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры теории и методики физической культуры и спорта

А.А. Ризванова, преподаватель кафедры теории и методики физической культуры и спорта

Т.А. Прокопчук, преподаватель кафедры адаптивной физической культуры и безопасности жизнедеятельности

В сборнике представлены материалы IV Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Проблемы и перспективы физического воспитания, спортивной тренировки и адаптивной физической культуры», проходившей 18-19 февраля 2021г. на базе ФГБОУ ВО «Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма». Сборник предназначен для специалистов в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, спортивной медицины, биохимии, физиологии, преподавателей высших учебных заведений, научных работников, тренеров и спортсменов.

Материалы представлены в авторской редакции.

УДК 612.0+796.011.3  
ББК 75.09

©Поволжская ГАФКСиТ, 2021

## **СЕКЦИЯ 2**

# **ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА И ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ**

## ТЕХНОЛОГИЯ ПОСТРОЕНИЯ ТРЕНИРОВКИ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ПЛАТФОРМЫ «БИТРИКС24» В ПОДГОТОВКЕ ЗАНИМАЮЩИХСЯ В ДИСЦИПЛИНЕ «HEARTHSTONE»

*Лавренчук А.В. студент*

*Косьмина Е.А. к.п.н, старший преподаватель*

Национальный Государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, Россия

*Аннотация:* в статье представлен опыт дистанционного обучения занимающихся дисциплиной «Hearthstone», в условиях пандемии. Определены преимущества использования бизнес-сервиса «Битрикс24». Подобранные материалы обучения и организация занятий, позволили повысить уровень мастерства занимающихся.

*Ключевые слова:* дистанционное обучение, киберспорт, компьютерный спорт, Hearthstone, Битрикс24.

**Актуальность:** С марта 2020 года, образовательные, спортивные и организации дополнительного образования нашей страны включились в практическую реализацию внедрения дистанционных технологий в образовательный процесс, используя различные платформы дистанционного обучения. Область компьютерного спорта не стала исключением, в связи с этим для одной из киберспортивных секций города Калининграда, нами был разработан дистанционный курс по дисциплине «Hearthstone». Курс был разработан на базе платформы «Битрикс24». И ориентирован на занимающихся соревновательными головоломками в возрасте от 17 до 25 лет. Использование современных образовательных технологий предполагает получение образовательных услуг без посещения учебного заведения, использование современных информационно - образовательных технологий и телекоммуникационных систем [1].

**Цель исследования:** разработать методику тренировки для дисциплины «Hearthstone», на базе платформы дистанционного обучения «Битрикс24» и оценить ее эффективность.

В ходе первого этапа был проведен анализ и оценка возможностей существующих дистанционных платформ. Сервис «Битрикс24» является системой управления автоматизации отношений с клиентами и чаще используется в бизнесе для внутрикорпоративного обучения сотрудников [2,3]. «Hearthstone» — коллекционная карточная онлайн-игра по мотивам вселенной Warcraft [4].

### **Результаты исследования и их обсуждения.**

Для проведения исследования были сформированы две группы занимающихся: контрольная и экспериментальная, по 10 человек в каждой. Средний возраст участников групп составил  $20,2 \pm 0,4$  лет.

Контрольная группа занималась по общепринятой методике, включающей в себя: элементы тренировки, предусмотренные в самой игре, а также просмотры профессиональных игровых матчей.

В ходе исследования обеим группам предлагалось выполнять ежедневный комплекс общеразвивающих упражнений, направленных на осанку, развитие мелкой моторики и профилактику профессиональных заболеваний киберспортсменов (до 30 минут), упражнения не требовали специального инвентаря и выполнялись в домашних условиях.

Для занимающихся экспериментальной группы была предложена программа «спортивно-тактических тренировок с использованием элементов сервиса «Битрикс24»».

Программа тренировки экспериментальной группы включала в себя:

-Изучение теоретических материалов и просмотр видеоуроков (до 40 минут);

-Игры с использованием видео-чата внутри портала «Битрикс24», с последующим обсуждением (до 1,5 часов);

-Тесты с использованием элементов сервиса «Битрикс24», с контролем времени и эффективности (до 10 минут);

-Тренировочные упражнения на сайте «Cyber10.ru».

Занятия в экспериментальной группе проводились ежедневно, курс был рассчитан на 30 дней. Расписание было внедрено в календарь технических задач- функцией доступной на платформе «Битрикс 24».

Для оценки уровня участников группы были выбраны следующие контрольные упражнения: оценка оперативной памяти, оценка скорости простой зрительной реакции, оценка скорости переключения внимания, расчет процента количества побед за время обучения.

До начала исследования, по всем контрольным упражнениям, не было достоверных различий между контрольной и экспериментальной группами (табл.1).

По результатам оценки оперативной памяти, выявлено что уровень данного показателя в контрольной группе составил  $29,0 \pm 0,7$ , а в экспериментальной группе  $37,7 \pm 0,8$ . В оценке скорости простой зрительной реакции результаты в экспериментальной группе увеличились лишь на 1,8%, и составили в контрольной группе  $133,4 \pm 2,0$  мс, а в экспериментальной  $131,6 \pm 1,6$  мс. Различия статистически не достоверны. Мы связываем это с небольшой длительностью исследования, 1 месяц — это малый срок для получения более значимых сдвигов в данном показателе. Оценка скорости переключения внимания, показала, что результат в экспериментальной группе составил  $0,29 \pm 0,01$ , а в контрольной группе  $0,33 \pm 0,02$ . Различия статистически достоверны ( $p \leq 0,05$ ).

Таблица 1- Результаты, полученные в ходе эксперимента

Показатель	До эксперимента			После эксперимента		
	КГ(n=10)	ЭГ(n=10)	P-Value	КГ(n=10)	ЭГ(n=10)	P-Value
ООП <sub>чпнс</sub>	25,60 ±0,65	27,40±0,53	P>0,05	29,00±0,73	37,70±0,77	<b>P ≤0,05</b>
ОСР <sub>мс</sub>	140,20±1,96	139,90±2,45	P>0,05	133,40±2,02	131,60±1,57	P>0,05
ОПВ <sub>с</sub>	0,35±0,02	0,34±0,02	P>0,05	0,33±0,02	0,29±0,01	<b>P ≤0,05</b>

Условные обозначения:

ОСР оценка скорости реакции;

ООП оценка оперативной памяти;

ОПВ оценка переключения внимания;

ЧПНС число правильно найденных сумм.

Результаты анализа количества побед в контрольной и экспериментальной группах, за время проведения эксперимента показаны на рисунке 1. Процент побед в контрольной группе за время эксперимента составил 45,1±0,7, а в экспериментальной группе 49,5±0,9. Что позволяет нам говорить о более высокой эффективности предложенной методики, по сравнению с общепринятой. Столь низкий процент побед в обеих группах обусловлен особенностями самой игры «Hearthstone». Игрок собирает самостоятельно свои колоды или составляет колоды по примерам других игроков, каждая колода имеет свою эффективность (эффективность колоды оценивается с помощью специальных приложений), информация о проценте эффективности всех игровых колод представлена на открытых тематических сайтах. Эффективность колоды выше 50% считается достаточно высокой.

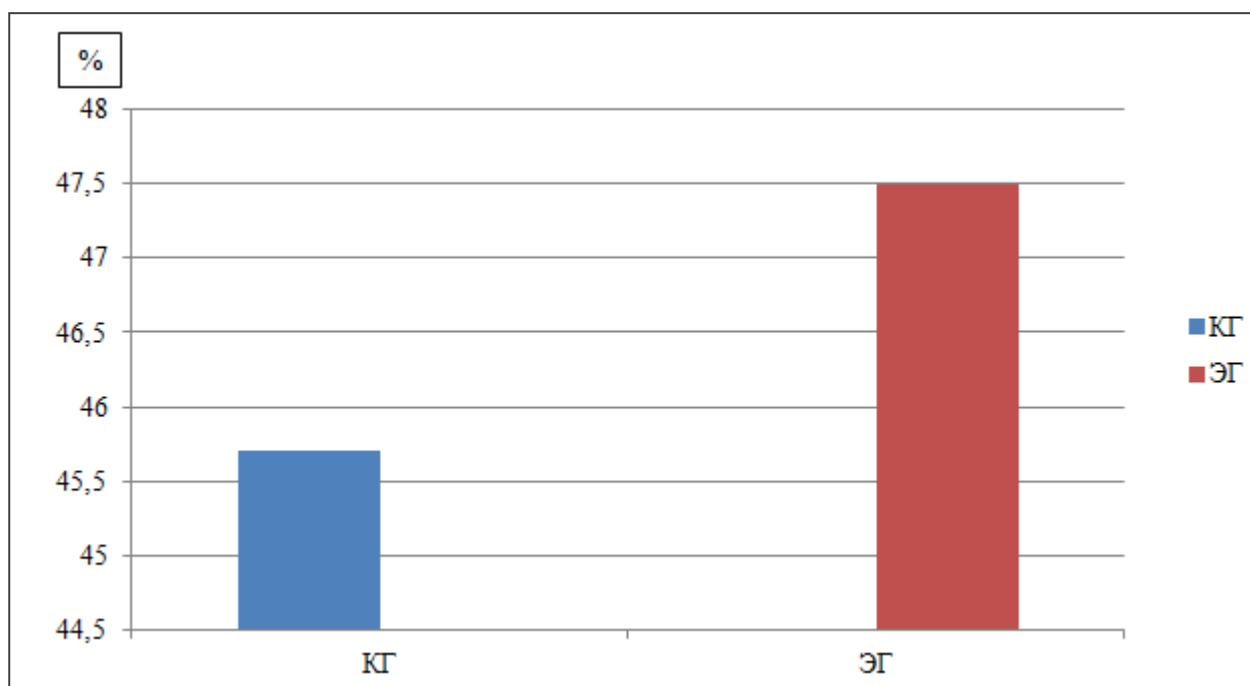


Рисунок 1-Процент побед в игре Hearthstone, участников обеих групп.

### **Заключение.**

Результаты анализа научно-литературных источников позволили подтвердить эффективность методов дистанционного обучения в системе дополнительного образования и выбрать платформу дистанционного обучения для интеграции в нее элементов разработанной методики тренировки. Авторами разработана методика тренировки в дисциплине «Hearthstone», данная методика может быть реализована как в формате дистанционного обучения, так и для проведения занятий в режиме реального времени. Методика включает в себя элементы теоретической, игровой подготовки, физические упражнения, специальные тренировочные упражнения на компьютере и элементы контроля. Полученные результаты в контрольных упражнениях, доказывают эффективность предложенной методики по сравнению с общепринятой, а также позволяют сократить время переключения внимания, увеличить объем оперативной памяти и повысить результативность в самой игре «Hearthstone».

### **Список литературы.**

1. Kulakova, N. S. Digital technologies in teaching foreign languages in terms of e-learning // Образование и наука без границ: фундаментальные и прикладные исследования. – 2020. – №. 11. – С. 305-307.
2. Kopishynska, O. et al. Efficacy of the cloud computing technology in the management of communication and business processes of the companies // Polish Journal of Management Studies. – 2016. – Т. 14.
3. Dyuzhev, V. G., Boichenko O. I. Influence of corporate social networks on the innovative receptivity of personnel, by example of Bitrix24 software. – 2019.
4. García-Sánchez, P. et al. Evolutionary deckbuilding in hearthstone // 2016 IEEE Conference on Computational Intelligence and Games (CIG). – IEEE, 2016. – С. 1-8.