



Дисципліна: «Комп'ютерна
техніка в спорті»

Мета вивчення дисципліни:

формування теоретичної бази знань учнів з основ інформатики та практичних навичок використання засобів сучасних інформаційних технологій у повсякденній практичній, зокрема навчально-пізнавальній діяльності.

Завдання вивчення дисципліни "Комп'ютерна техніка":

формування навичок роботи з пристроями введення-виведення інформації, програмним забезпеченням загального та навчального призначення: редакторами текстів, електронними таблицями та інформаційно-пошуковими системами для вирішення задач фізичної культури та спорту.

Наш час - це епоха постійних змін у технологіях, зокрема освітніх, а використання персонального комп'ютера є стрижнем інформаційних технологій навчання.





Сучасні інформаційні технології відіграють все більш важливу роль у підготовці та тренуваннях спортсменів. Їх використання дозволяє:

1. Отримати доступ до великої кількості інформації:

- Спортсмени та тренери можуть отримати доступ до інформації про різні аспекти тренувань, такі як:
 - Техніка виконання вправ
 - Планування тренувань
 - Харчування
 - Відновлення
 - Психологія

Це дозволяє їм краще розуміти процес тренувань та приймати більш обґрунтовані рішення.

2. Здійснювати моніторинг та аналіз даних:

- **За допомогою спеціальних датчиків та програмного забезпечення можна збирати дані про:**
 - **Фізичні показники спортсмена (частоту серцевих скорочень, рівень м'язової активності, швидкість, дистанцію тощо)**
 - **Технічні параметри виконання вправ**
 - **Психоемоційний стан**
- **Ці дані можна використовувати для:**
 - **Оцінки ефективності тренувань**
 - **Виявлення та корекції помилок**
 - **Прогнозування результатів**
 - **Профілактики травм**

3. Здійснювати дистанційне тренування:

- За допомогою онлайн-платформ та програмного забезпечення тренери можуть:
 - Спілкуватися з спортсменами
 - Контролювати їх тренування
 - Надавати їм необхідну допомогу
- Це дозволяє спортсменам:
 - Тренуватися в будь-якому місці
 - Отримувати допомогу від кращих тренерів світу