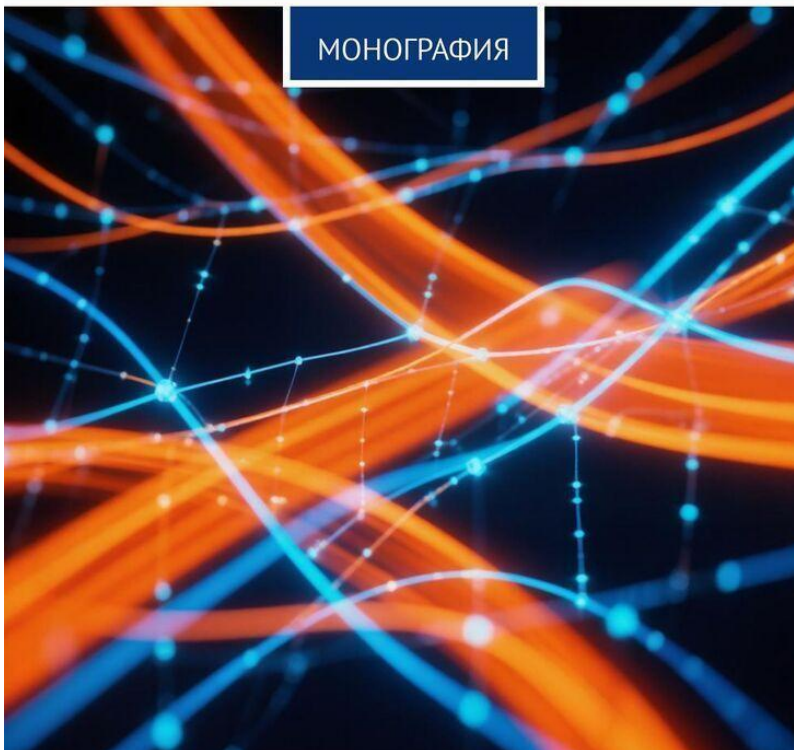


12+

БУДЕСКУ А. А.
КРАСИЛЬНИКОВ А. А.
ЛУБЫШЕВ Е. А.

Волейбол в школе: Интеграция веб-платформ в учебный процесс

МОНОГРАФИЯ



**Анастасия Будеску
Арсентий Красильников
Евгений Лубышев**

**Волейбол в школе:
Интеграция веб-платформ
в учебный процесс**

<https://litres.ru/74154694>

ISBN 9785007021654

Аннотация

Книга раскрывает практические аспекты интеграции цифровых инструментов в школьный урок волейбола. Рассматриваются современные веб-платформы и сервисы для обучения технике, тактике и правилам игры. Издание содержит готовые методические решения для педагогов, направленные на повышение мотивации и эффективности учебного процесса у учащихся 5–9 классов.

Содержание

Обращение к читателям	5
Глава 1. Анализ потенциала цифровой образовательной среды для совершенствования технических навыков в волейболе	8
Введение	8
1.1. Теоретические основы использования веб-сервисов в образовательном процессе	14
1.1.1 Обзор педагогических технологий в физической культуре	14
1.1.2 Значение навыков игры в волейбол для физического развития школьников	17
1.1.3 Роль веб-сервисов в обучении и тренировках	21
Выводы	25
1.2. Разработка веб-сервиса для совершенствования навыка игры в волейбол	27
1.2.1 Требования к функционалу веб-сервиса	27
Конец ознакомительного фрагмента.	28

Волейбол в школе: Интеграция веб-платформ в учебный процесс

**Анастасия
Андреевна Будеску
Арсентий Александрович
Красильников
Евгений Александрович
Лубышев**

© Анастасия Андреевна Будеску, 2026

© Арсентий Александрович Красильников, 2026

© Евгений Александрович Лубышев, 2026

ISBN 978-5-0070-2165-4

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Обращение к читателям

Уважаемые коллеги, педагоги, тренеры и все, кто равнодушен к школьному спорту!

Перед вами книга, которая родилась из нашего общего убеждения: традиционный урок физической культуры может и должен меняться вместе с миром вокруг нас. Особенно когда речь идет о волейболе — динамичной, командной, интеллектуальной игре, которая способна увлечь любого подростка, если найти правильный подход.

Мы, авторы этого издания, представляем разные области знаний и профессионального опыта, но нас объединяет одно — любовь к физической культуре и желание сделать школьные уроки не просто полезными, но и по-настоящему современными. Анастасия Андреевна Будеску — практикующий тренер и учитель физической культуры, который каждый день работает с детьми и знает их мотивы и потребности изнутри. Арсентий Александрович Красильников — специалист в области информационных технологий и цифровой трансформации образования, помогающий внедрять веб-инструменты туда, где они приносят реальную пользу. Евгений Александрович Лубышев — ученый и педагог, глубоко понимающий методологию преподавания физической культуры и профессиональной физической подготовки.

Почему мы решили написать эту книгу? Дело в том, что

современные школьники — это дети цифровой эпохи. Они привыкли получать информацию через экраны, взаимодействовать с визуальным контентом и мгновенно обмениваться данными. Игнорировать эту реальность — значит терять их внимание и интерес. Но мы предлагаем не бороться с гаджетами, а использовать их как союзников. Как научить ребенка правильно выполнять подачу с помощью видеоанализа? Как с помощью веб-платформ объяснить тактику игры быстрее и нагляднее? Как превратить скучную статистику в увлекательное соревнование? Ответы на эти вопросы вы найдете в нашей книге.

На страницах этого издания мы делимся практическими, проверенными на деле методическими решениями. Вы узнаете, какие современные веб-платформы и сервисы помогут вам обучать технике, тактике и правилам волейбола у учащихся 5—9 классов. Мы покажем, как цифровые инструменты могут повысить мотивацию детей, сделать процесс обучения прозрачным для учителя и интересным для ученика, а также сэкономить ваше время на подготовку к урокам.

Эта книга — не про теоретизирование. Она про конкретные шаги, которые вы можете сделать уже завтра на своем уроке. Про интеграцию технологий, которая не требует дорогостоящего оборудования или особых навыков программирования. Про волейбол, который становится ближе, понятнее и увлекательнее для каждого ребенка.

Мы будем рады, если наши идеи вдохновят вас на соб-

ственные эксперименты и находки. Школьный спорт начинается с энтузиазма учителя, и мы надеемся, что эта книга станет вашим надежным помощником.

Желаем вам продуктивных уроков, звонких подач и увлеченных учеников!

С уважением и верой в современное образование,

Авторский коллектив:

Будеску А. А., Красильников А. А., Лубышев Е. А.

Глава 1. Анализ потенциала цифровой образовательной среды для совершенствования технических навыков в волейболе

Введение

Актуальность. Актуальность темы данного исследования обусловлена тем, что физическая активность и здоровье молодого поколения становятся приоритетными задачами современного общества. Малоподвижный образ жизни, вызванный изменением режима дня и новыми интересами, в т. ч. связанными с повсеместным распространением электронных устройств, существенно влияет на физическое развитие школьников. Сокращение двигательной активности учеников отражается на их физиологическом состоянии, эмоциональном равновесии и социальной интеграции, приводит к снижению общей физической выносливости, ухудшению осанки, снижению мышечного тонуса и координации движений. Это, в свою очередь, повышает риск развития различных хронических заболеваний, таких как ожирение, сколиоз, нарушения сердечно-сосудистой и дыхательной систем

[29].

Помимо физиологических последствий, недостаток физической активности отрицательно сказывается и на психоэмоциональном состоянии детей и подростков, провоцируя повышенную тревожность, стрессовые состояния, снижение самооценки и мотивации к учебной деятельности.

Кроме того, ограничение двигательной активности препятствует формированию у школьников важных социальных навыков — умения работать в команде, договариваться, брать на себя ответственность и взаимодействовать с разными людьми. Это особенно актуально в современном мире, где навыки эффективной коммуникации и командного взаимодействия являются важными составляющими успешной личной и профессиональной реализации [11].

В этой связи особую роль приобретает физическая культура как учебная дисциплина, направленная не только на укрепление здоровья учащихся, но и на их социальное и эмоциональное развитие [31]. Однако для того, чтобы сделать занятия физической культурой по-настоящему эффективными и интересными для современных школьников, требуется внедрение инновационных методов обучения и использования интерактивных технологий. Одним из таких решений является разработка образовательного веб-сервиса, который позволит разнообразить учебный процесс, повысить мотивацию учащихся к занятиям спортом и создать условия для регулярного физического самосовершенствования [23].

Волейбол представляет собой массовый командный вид спорта, включенный в образовательную программу физического воспитания школьников. Занятия волейболом развивают моторные навыки, скорость реакции, выносливость, способствуют формированию командного духа и организаторских способностей [5]. Однако стандартные методики обучения волейболу зачастую не соответствуют запросам учащихся, привыкших к современным образовательным технологиям. Современный образовательный процесс активно обогащается информационными технологиями, охватывая также сферу спортивного воспитания. Внедрение цифровых образовательных платформ, специализированных приложений и онлайн-сервисов способствует росту вовлеченности учащихся в процесс обучения, расширяет возможности индивидуальной подготовки и углубленного изучения спортивных дисциплин [4].

Разработка образовательной платформы «Все о волейболе» расширяет возможности спортивного обучения, предоставляя круглосуточный доступ к учебным материалам вне зависимости от местонахождения учащихся. Многофункциональная платформа включает структурированные материалы по правилам, технике и стратегии волейбола, практические видеоматериалы, систему тестирования, виртуальные тренажеры и методические указания для индивидуальных и командных тренировок.

Образовательная платформа обеспечивает персонализи-

рованный подход к обучению, адаптируя программу под конкретные способности, спортивные цели и потребности каждого ученика. Подобная гибкость приобретает особую значимость при реализации инклюзивных программ и дифференцированного подхода на занятиях физкультурой. Интеграция цифровых инструментов в спортивное образование соответствует современным стандартам педагогической деятельности в условиях цифровой трансформации образования. Таким образом, создание образовательной платформы «Все о волейболе» представляет актуальное решение для модернизации методики преподавания волейбола в рамках школьной программы физического воспитания, способствуя росту двигательной активности учащихся, развитию спортивной мотивации и закреплению принципов здорового образа жизни.

Цель исследования.

Разработка образовательного веб-сервиса «Все о волейболе» способствующему совершенствованию навыка игры в волейбол.

Объект исследования.

Обучение игре в волейбол на уроках физической культуры.

Предмет исследования.

Веб-сервис, разработанный для совершенствования навыков игры в волейбол.

Гипотеза исследования.

Предполагается, что сочетание использования образовательного веб-сервиса «Все о волейболе» и технологию перевёрнутый класс, то будет повышен показатель качества обучения элементам игры в волейбол.

Задачи исследования:

1. Изучение методических основ использования цифровых ресурсов и педагогических технологий в процессе обучения элементам игры в волейбол.
2. Реализовать образовательный веб-сервис «Все о волейболе» для улучшения образовательного процесса.
3. Получить оценку эффективности использования веб-сервиса в процессе обучения волейболу.

Практическая значимость работы.

Образовательный ресурс может использоваться не только школьниками для самостоятельного изучения тактических и технических основ игры, но и учителями, педагогами дополнительного образования, тренерами для подготовки обучающего, развивающего материала или использования на занятиях сайта в качестве демонстрационного материала.

Методы исследования: анализ научно-методической литературы, метод проектирования, анкетирование, апробирование.



1.1. Теоретические основы использования веб-сервисов в образовательном процессе

1.1.1 Обзор педагогических технологий в физической культуре

Современное образование претерпевает существенные трансформации в методологических аспектах преподавания всех дисциплин, включая физическую культуру. Педагогический инструментарий становится определяющим фактором результативности образовательного процесса, способствуя эффективному внедрению учебных программ и всестороннему развитию обучающихся. Активное внедрение цифровых платформ и сетевых образовательных ресурсов кардинально меняет традиционные подходы к преподаванию физической культуры [25,26].

Рациональное применение педагогических методик в сфере физического воспитания создает благоприятную среду для всестороннего становления личности обучающихся. Внедрение разнообразных образовательных подходов, включающих спортивные игры, последовательное освоение материала и выполнение практических заданий, способствует во-

влечению учащихся в образовательный процесс, пробуждая стремление к регулярным занятиям спортом [4].

Цифровые технологии и интерактивные доски существенно трансформировали методику преподавания за последние годы. Многочисленные образовательные онлайн-платформы открывают педагогам широкий доступ к высококачественным учебным материалам, включая практические задания, записи лекций и специализированные курсы. Современные электронные инструменты позволяют преподавателям разнообразить учебный процесс, создавая увлекательную динамичную атмосферу на занятиях. Демонстрация видеоматериалов с корректным выполнением физических упражнений значительно улучшает восприятие техники движений учащимися, способствуя эффективному усвоению практических навыков [2].

Индивидуальный подход к образовательному процессу становится фундаментом современных педагогических методик. Веб-платформы предоставляют учащимся возможность восполнить пробелы в знаниях при пропуске занятий или углубить понимание сложных тем самостоятельно. Адаптивные системы обучения, основанные на искусственном интеллекте, формируют персонализированные образовательные траектории, максимально повышая результативность усвоения материала. Цифровые тренажеры и приложения для физических упражнений способствуют развитию навыков самоконтроля у учащихся через мониторинг дости-

жений и постановку персональных задач [21].

Современная методика физического воспитания активно включает развлекательные элементы в образовательный процесс. Преподаватели внедряют состязательные упражнения и спортивные развлечения, создающие благоприятную атмосферу для совершенствования двигательных способностей учащихся. Реализация подобных педагогических подходов укрепляет коллективное взаимодействие между спортсменами, формируя необходимые качества для успешного участия в групповых дисциплинах [31].

Педагогические методики физического воспитания формируют многогранный комплекс личностных качеств обучающихся, включая развитие двигательных навыков, социальную адаптацию и групповое взаимодействие [11]. Применение актуальных образовательных подходов способствует становлению профессиональных и жизненных компетенций студентов, охватывая навыки командной работы, целеустремленность и эффективную коммуникацию.

Рассмотрение применяемых педагогических методик в сфере физической культуры демонстрирует их фундаментальную роль при формировании результативной образовательной среды [20]. Внедрение современных цифровых инструментов и онлайн-платформ существенно расширяет возможности физического воспитания, способствуя всестороннему развитию учащихся [23]. Непрерывное совершенствование и апробация инновационных образователь-

ных подходов позволяет подготовить студентов к актуальным требованиям профессиональной деятельности, обеспечивая комплексное развитие необходимых компетенций.

1.1.2 Значение навыков игры в волейбол для физического развития школьников

Занятия волейболом формируют уникальный комплекс физических и психологических качеств у учащихся средних образовательных учреждений, способствуя всестороннему развитию личности [11]. Командная природа волейбола создает оптимальные условия для совершенствования координационных способностей, развития скоростно-силовых качеств и тактического мышления спортсменов. Систематические тренировки позволяют школьникам приобретать специальные двигательные навыки, одновременно развивая морально-волевые характеристики и умение эффективно взаимодействовать в коллективе [5].

Волейбол активно задействует множество групп мышц, развивая физическую форму спортсменов комплексно. Динамичные движения во время матча стимулируют работу всего опорно-двигательного аппарата, включая мускулатуру верхних и нижних конечностей, а также туловища. Выполнение технических элементов игры формирует мышечную силу и повышает общую выносливость организма, способствуя равномерному физическому развитию. Регулярные за-

нятия волейболом у учащихся школ существенно улучшают координацию движений и моторные навыки, что благоприятно влияет на успешность выполнения различных спортивных упражнений [14,16].

Двигательная координация, формируемая посредством волейбола, представляет собой значимый компонент развития учеников школьного возраста. Освоение многообразных технических элементов волейбольной игры способствует совершенствованию согласованности движений верхних и нижних конечностей. Регулярные тренировки позволяют школьникам развивать скорость реакции и точность выполнения двигательных действий, что положительно сказывается на координационных способностях, необходимых как при занятиях физической культурой, так и в бытовой деятельности [24].

Систематические тренировки волейболом существенно укрепляют сердечно-сосудистую систему занимающихся. Активное передвижение учеников по площадке во время матчей значительно усиливает работоспособность дыхательной и кровеносной систем организма. Регулярная двигательная активность положительно воздействует на физическое состояние и энергетический потенциал школьников. Занятия способствуют нормализации метаболических процессов, усилению защитных функций организма, что заметно повышает сопротивляемость различным заболеваниям среди учащихся [16].

Участие в волейбольных состязаниях развивает социальные навыки молодых спортсменов. Командная игра способствует формированию межличностных связей между школьниками, укрепляя дух взаимовыручки и коллективной ответственности. Совместное достижение спортивных целей становится основой успешной социализации учащихся. Распределение функций внутри волейбольной команды помогает каждому игроку осознать значимость личного вклада в общее дело, стимулируя развитие зрелой личности [6,18].

Волейбол способствует развитию лидерского потенциала среди учащихся, формируя навыки коллективного принятия решений и взаимоподдержки в достижении командных результатов. Приобретенные качества становятся значимым преимуществом при переходе выпускников к самостоятельной деятельности, где командная работа и персональная ответственность выступают ключевыми элементами профессионального успеха [6].

Соревновательная деятельность волейболистов существенно влияет на формирование психологической устойчивости спортсменов. Регулярные тренировки и участие в матчах способствуют выработке навыков управления эмоциональным состоянием во время игры. Молодые спортсмены приобретают способность концентрироваться на поставленных задачах независимо от внешних обстоятельств, что положительно сказывается на их психоэмоциональном состоянии. Победы и достижения в волейболе создают прочный

фундамент для развития личностных качеств спортсмена, укрепляя его внутреннюю мотивацию к самосовершенствованию [12,13,30,32].

Волейбол выступает ключевым элементом здорового образа жизни, способствуя формированию крепкого организма и позитивного мировоззрения [8,28]. Систематические тренировки на открытых площадках благотворно влияют на физическое развитие организма, укрепляя привычку к регулярным занятиям спортом [22]. Приобретенные навыки создают прочный фундамент для дальнейшего спортивного совершенствования и вовлечения в разнообразные общественные мероприятия спортивной направленности [29,33]

Внедрение волейбола в систему физического воспитания школьников способствует всестороннему развитию личности учащихся [27,35]. Регулярные тренировочные занятия позволяют укреплять физическое здоровье, развивать координационные способности и формировать навыки командного взаимодействия [3]. Образовательная ценность волейбола заключается в комплексном воздействии на развитие морально-волевых качеств и социальной адаптации учащихся. Грамотная организация волейбольной подготовки в рамках учебного процесса создает благоприятные условия для воспитания активной и здоровой молодежи, готовой к вызовам современности [1,15,19,20].

1.1.3 Роль веб-сервисов в обучении и тренировках

Современная система образования и спортивной подготовки претерпела существенные изменения благодаря внедрению веб-технологий. Образовательные платформы и цифровые инструменты расширили возможности обучения, предоставляя персонализированные методики тренировок и учебные материалы. Новые технологические решения позволяют преподавателям и спортивным наставникам эффективно интегрировать электронные ресурсы в программы подготовки, обеспечивая высокое качество образовательного процесса [25].

Доступ к информационным ресурсам выступает ключевым достоинством современных веб-платформ. Спортсмены и учащиеся располагают возможностью круглосуточного использования образовательных материалов, методических разработок и тренировочных программ независимо от географического местоположения. Персональное развитие навыков и компетенций реализуется через изучение эффективных методик от квалифицированных специалистов спортивной индустрии. Веб-платформы обеспечивают персонализацию учебного процесса, формируя оптимальную программу занятий согласно индивидуальным особенностям каждого обучающегося [7,17].

Благодаря современным образовательным веб-платформам спортсмены получают возможность дистанционно взаимодействовать с тренерами и преподавателями. Многофункциональные сервисы онлайн-обучения обеспечивают удаленный анализ техники выполнения упражнений, совместную разработку тактических схем и формирование персонализированных тренировочных программ. Систематическое использование цифровых инструментов коммуникации позволяет существенно повысить качество подготовки спортсменов за счет детального разбора результатов и оперативной корректировки тренировочного процесса [34].

Современные образовательные веб-платформы эффективно интегрируют мультимедийные технологии в процесс обучения. Студенты получают доступ к детальным видеодемонстрациям спортивных упражнений, что особенно значимо при освоении дисциплины физической культуры. Наглядные материалы существенно повышают качество восприятия технических элементов и способствуют формированию правильных двигательных навыков. Образовательные порталы предлагают разнообразные форматы взаимодействия, включая практические задания и проверочные работы, превращая обучение в динамичный и результативный процесс [10,6].

Современные веб-сервисы активно внедряют элементы игровых механик в образовательный процесс. Австралийские разработчики фитнес-приложений создают уникальные

программы тренировок с применением соревновательных элементов и системы наград. Геймифицированный подход к физической активности значительно повышает вовлеченность пользователей и мотивирует их к регулярным занятиям спортом [9].

Цифровые инструменты аналитики существенно расширяют возможности контроля тренировочного процесса. Современные спортивные приложения предоставляют обширный функционал для записи и обработки показателей физической активности. Наглядная визуализация прогресса значительно усиливает стремление спортсменов к достижению поставленных целей и укрепляет их внутреннюю дисциплину. Персонализированные программы упражнений, разработанные с учетом детального анализа индивидуальных показателей, максимально эффективно адаптируют нагрузки под конкретного атлета.

Активное взаимодействие пользователей через веб-платформы многократно усиливает потенциал образовательных сервисов. Социальные сети и профессиональные форумы формируют уникальную среду для профессионального роста и обмена практическим опытом. Начинающие спортсмены и учащиеся получают возможность демонстрировать личные результаты, обращаться за советами к экспертам и находить поддержку единомышленников, создавая мотивирующую обстановку для развития. Регулярное общение участников сообщества по вопросам методологии тренировочно-

го процесса и эффективных подходов к обучению способствует укреплению коллективного взаимодействия и открывает новые горизонты для профессионального совершенствования [11].

Современные онлайн-платформы существенно расширили возможности дистанционного образования и спортивной подготовки, позволяя студентам и атлетам продолжать профессиональное развитие независимо от доступности физических тренировочных пространств или учебных заведений. Глобальная цифровизация образовательных процессов обеспечивает непрерывность обучения при любых внешних обстоятельствах, предоставляя пользователям круглосуточный доступ к необходимым ресурсам [21].

Веб-сервисы кардинально меняют образовательную и спортивную подготовку молодого поколения, открывая широкие возможности для получения знаний из различных источников. Современные цифровые платформы создают уникальную среду для эффективной коммуникации между преподавателями и учащимися, внедряют передовые образовательные методики и обеспечивают точный мониторинг достижений. Молодые люди, развиваясь в насыщенной технологиями среде, формируют самостоятельное мышление, ответственный подход к саморазвитию и крепкое здоровье, успешно преодолевая сложности современности и добиваясь результатов в спортивной и академической деятельности.

Выводы

Активное внедрение передовых педагогических методик существенно преобразует систему физического воспитания в образовательных учреждениях. Применение проектных и игровых подходов к обучению способствует формированию комплексных навыков и компетенций у обучающихся. Модернизация учебного процесса посредством внедрения электронных образовательных платформ и инновационного оборудования значительно расширяет возможности педагогического взаимодействия.

Регулярные тренировки волейболом способствуют всестороннему физическому развитию организма, совершенствуя координацию движений, выносливость и скоростно-силовые качества спортсменов. Командная природа волейбола формирует ценные социальные компетенции, развивая навыки эффективного взаимодействия в коллективе и организаторские способности участников, одновременно закладывая фундамент здорового образа жизни.

Современные образовательные онлайн-платформы предоставляют учащимся возможность автономного освоения материала при постоянной поддержке педагогов через систему обратной связи. Применение разнообразных мультимедийных технологий и элементов геймификации существенно облегчает процесс усвоения знаний, стимулируя по-

знавательную активность обучающихся. Виртуальные образовательные сообщества формируют благоприятную среду для профессионального роста и развития навыков командного взаимодействия между участниками учебного процесса.

Современная система физического воспитания, обогащенная цифровыми образовательными платформами и инновационными педагогическими методиками, создает многомерное пространство для всестороннего развития учащихся, формируя необходимые компетенции и адаптивные способности к динамично меняющимся условиям жизни.



1.2. Разработка веб-сервиса для совершенствования навыка игры в волейбол

1.2.1 Требования к функционалу веб-сервиса

Функциональные требования к веб-сервису совершенствования волейбольных навыков определяют ключевые характеристики эффективного обучения пользователей. Детальный анализ необходимых компонентов системы позволяет сформировать комплексное решение для качественной тренировки спортсменов через онлайн-платформу. Разработанные технические спецификации учитывают потребности целевой аудитории и обеспечивают максимальную результативность тренировочного процесса:

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.