

КОМПЬЮТЕРНЫЕ ПРОГРАММЫ ПО ВИДАМ СПОРТА

Чучкова Е.В.,
Начальник информационно-аналитического отдела

Рекомендации:

- С помощью технических средств легче контролировать результаты работы.
- Применение современных электронных форм (электронных таблиц, баз данных, информационных систем) для учета, обобщения результатов тренировочного процесса позволяют систематизировать процесс мониторинга и организовать его для повышения эффективности деятельности.

Электронные таблицы для сбора и обработки данных

- Для представления данных в удобном виде используют таблицы. Компьютер позволяет представлять их в электронной форме, а это дает возможность не только отображать, но и обрабатывать данные. Класс программ, используемых для этой цели, называется *электронными таблицами*.
- Одним из наиболее распространенных средств работы с документами, имеющими табличную структуру, является программа Microsoft Excel.

Информационные и компьютерные технологии в физической культуре и спорте применяются:

4

- в качестве средства обучения, совершенствующего процесс преподавания и повышающего его эффективность. При этом реализуются возможности программно-методического обеспечения современных компьютеров в целях сообщения знаний, моделирования учебных, тренировочных и соревновательных ситуаций, осуществления тренажа и контроля за результатами обучения;
- в качестве средства информационно-методического обеспечения и управления учебно-воспитательным и организационным процессом в учебных заведениях, спортивных организациях и т.п.;
- в качестве средства автоматизации процессов контроля, коррекции результатов учебно-воспитательной и учебно-тренировочной деятельности и компьютерного тестирования физического, умственного, функционального и психологического состояний занимающегося;
- в качестве средства автоматизации процессов обработки результатов соревнований и научных исследований;
- в качестве средства организации интеллектуального досуга, развивающих игр;
- в рекламной, издательской и предпринимательской деятельности в сфере физической культуры и спорта;
- при организации мониторинга физического состояния и здоровья различных контингентов занимающихся.

Аппаратные средства

5

- Компьютер, телевизор, средства для получения и удобного восприятия информации и др.;
- Носители информации (CD, DVD и HDD);
- Средства обработки изображения (платы видеомонтажа, клавиатуры,).

Средства звукозаписи (звуковые платы, микрофоны);

- Средства звуковоспроизведения (колонки, акустические системы, наушники и гарнитуры);
- Манипуляторы (компьютерные мыши, джойстики);
- Средства «виртуальной реальности» (перчатки, очки, шлемы виртуальной реальности, используемые в играх);
- Средства передачи (мини видеокамеры, цифровые фотоаппараты);

- Средства записи (приводы CD / DVD-ROM , CDRW / DVD+RW, TV- и FM-тюнеры).



6

Интернет-ресурсы

Сайты для организации тренировок

<https://tronline.ru/> - ТренерскаяOnline Спортивный журнал тренера.

Возможности: учет посещаемости; синхронизация между тренерами; тестирование и контроль динамики физического развития спортсмена; планирование занятий; оповещение групп об изменениях в тренировочном плане.

<http://www.fitner.ru/daily/> - дневник тренировок и контроль питания

Силовые упражнения
Объемы, вес и ПЖТ
Питание

Это демонстрационная страница. Именно так она может выглядеть, если вы [зарегистрируетесь](#)

Жим штанги лежа на горизонтальной скамье
За месяц
отобразить

Дата	Запись подходов	Тоннаж*	КП**	Интенс***
03.06.17	50x10, 80x6, 110x6, 110x6, 110x6	2960 кг	34	87.1 кг
06.06.17	50x10, 80x6, 115x6, 115x6, 115x6	3050 кг	34	89.7 кг

<http://www.gympad.ru/> - дневник тренировок

The screenshot displays the GymPad website interface. At the top left is the GymPad logo. To the right are links for "Войти" (Login) and "Зарегистрироваться" (Register). A red banner contains a warning: "Внимание! Вы находитесь в демо-режиме. Записи периодически сбрасываются. Чтобы создать свой дневник, перейдите к [регистрации](#)." Below this is a dark header for "Мои программы" (My programs). The main content area is titled "Список ваших программ" (List of your programs) and contains three items: "Круговая программа похудения для девушек" (Circular weight loss program for women), "Жиросжигание-1 (м)" (Fat burning-1 (m)), and "Жиросжигание-1 (ж)" (Fat burning-1 (f)). A red button "Добавить новую программу" (Add new program) is located at the bottom right of the list. The left sidebar menu includes: "О дневнике" (About the diary), "Журнал тренировок" (Training journal), "Программы тренировок" (Training programs), "Каталог упражнений" (Exercise catalog), "Каталог программ" (Program catalog), "Дневник питания" (Nutrition diary), "Замеры тела" (Body measurements), "Спортсмены" (Athletes), "Статистика" (Statistics), "Заметки" (Notes), "Блоги" (Blogs), and "Войти" (Login). At the bottom right, there is a link "Расскажите о нас друзьям!" (Tell us about us to your friends!).

GymPad

Войти [Зарегистрироваться](#)

Внимание! Вы находитесь в демо-режиме. Записи периодически сбрасываются. Чтобы создать свой дневник, перейдите к [регистрации](#).

Мои программы

Список ваших программ

- Круговая программа похудения для девушек
- Жиросжигание-1 (м)
- Жиросжигание-1 (ж)

[Добавить новую программу](#)

Расскажите о нас друзьям!

Программы по видам спорта и группам видов спорта

Циклические виды спорта

Тренировки

11

Бесплатная программа для учета тренировок в циклических видах спорта: бег, лыжи, спортивное ориентирование, плавание и др.

Она автоматически суммирует информацию о различных параметрах проведенных тренировок по неделям и месяцам.

Имеется возможность экспорта тренировок и графиков прохождения дистанции (отрезков) в текстовые файлы и в Microsoft Excel. Программа может строить графики прохождения дистанции по отрезкам в графическом виде.

Системные требования: ОС Windows 10, 8, 7, Vista, XP, NT, 2000, 2003, Windows 95/98/ME; Не менее 4 Мб свободного места на жестком диске; Разрешение экрана монитора не меньше 1024 x 768

Тренировки

12

Тренировки

Файлы Правка Тренировки Справочники Помощь

Период с по 5.06.13 Фильтр

по Датам | по Месяцу | по Месту | по Средству трен.

- Дата

Номер	День нед	Дата	Время	Прод	Длина	Нагр	Средство	Содержание	Место	Замечани
4978	Вторник	25.05.10	18:00	1:10	9	3	Ориентир	"Вторник" 5.7 км 18 КП за ~52' (Медленно, мно	Парк около м. Юг	Нога не в п
4979	Четверг	27.05.10	11:00	0:30		1	ОФП	ОФП		
4980	Четверг	27.05.10	17:00	1:20	20		Велосипе	Велосипед в сторонц гольф-клуба	пл.Опалиха	
4981	Пятница	28.05.10	11:00	0:30		1	ОФП	ОФП		Все еще бо
4982	Пятн									
4983	Субб									
4984	Воск									
4985	Понед									
4986	Понед									
4987	Втор									
4988	Втор									
4989	Сред									
4990	Сред									
4991	Четв									
4992	Четв									
4993	Пятн									
4994	Субб									
4995	Воск									
4996	Воск									
4997	Понед									
4998	Понед									
4999	Втор									
5000	Втор									
5001	Сред									
5002	Сред									
5003	Четв									
5004	Четв									
5005	Пятн									

Тренировка (3.06.2010)

Тренировка | Старт | Отрезки | Упражнения | Заметки

Дата Номер

Время нач.

Средство тр.

Продолжит.

Зоны интенс.

Объем (км)

Нагрузка

Место Фото

Содержание

Самочувствие Вес (кг) ЧСС (уд/мин) ЧСС 2 (уд/мин)

Замечания

Примечания

Финиш

13

Предназначена проведения соревнований по **легкой атлетике** и другим циклическим видам спорта. Она ведет учет соревнований, их программы, заявок и показанных результатов, хранит базу данных спортсменов тренеров и судей, разрядных нормативов, формирует все необходимые протоколы и другие печатные документы и отчеты.

Условно-бесплатная программа. Незарегистрированная версия программы имеет ограничение по числу записей в списках спортсменов.

Программа может работать на нетбуках.

Сайт: <http://www.pisoft.ru/finish/>

Финиш

14

Финиш

Файлы Правка Данные Справочники Настройка Печать Окна Помощь

3:36:30

Виды программы Соревн. **ЧЕМПИОНАТ И ПЕРВЕНСТВО РОССИИ**

Код	Дата	Время	Вид	Название	Дистанц	Пол	Тип	Примечание
5	1.04.11	11:30	М 10000 м	Бег 10000 м, Мужчины, Полуфинал	10000	М	Полуфинал	
3	1.04.11	11:00	М 1500	Бег 1500 м - Мужчины	1500	М	Полуфинал	
1	1.04.11	10:00	М 60 м	Бег 60 м - Мужчины, Полуфинал	60	М	Полуфинал	
4	1.04.11	9:00	М Марафон	Марафон - Мужчины, Полуфинал		М	Полуфинал	
2	1.04.11	10:00	Ж Высота	Высота - Женщины, Полуфинал		Ж	Полуфинал	
6	1.04.11	19:00	Длина, М, П	Длина, Мужчины, Полуфинал		М	Полуфинал	
7	1.04.11	18:00	4x100, М, П	4x100 м, Мужчины, Полуфинал		М	Полуфинал	

Разрядные нормативы

Вид спорта **Легкая атлетика - бег** Муж. Жен.

Вид соревнования	Пол	Условия	Автохр	Длина	Примечани	Разряд	Результат	При
Бег 60 м	М	рчной хроном.		60		КМС	6,8	
Бег 60 м	Д	рчной хроном.		60		I	7,1	
Бег 60 м	М	автохронометраж	▶	60		II	7,4	
Бег 60 м	Д	автохронометраж	▶▶	60		III	7,8	
Бег 100 м	М			100		I юн	8,2	
Бег 100 м	Д			100		II юн	8,7	
Бег 100 м	М		▶	100		III юн	9,3	
Бег 100 м	Д		▶▶	100				
Бег 200 м	М			200				
Бег 200 м	Д			200				
Бег 200 м	М			200				
Бег 200 м	Д			200				
Бег 300 м	М							
Бег 300 м	Д							
Бег 300 м	М							
Бег 300 м	Д							
Бег 400 м	М							
Бег 400 м	Д							
Бег 400 м	М	круг 200 м.						
Бег 400 м	Д	круг 200 м.						
Бег 400 м	М	круг 200 м.						
Бег 400 м	Д	круг 200 м.						
Бег 600 м	М							

Виды спорта

Вид спорта	Примечание
Велоспорт	
Легкая атлетика - бег	
Легкая атлетика - метания	
Легкая атлетика - прыжки	
Лыжные гонки	
Спортивное ориентирование бегом	
Спортивное ориентирование на велосипеде	
Спортивное ориентирование на лыжах	

SwimBase

15

Программа «SwimBase» предназначена для автоматизации судейства соревнований по плаванию и сбора и хранения информации о соревнованиях и спортсменах за большой период времени.

Условно-бесплатная программа.

Сайт: <http://pisoft.ru/swim/>

Программы по видам спорта и группам видов спорта

Силовые виды спорта

IRomDooM2

18

Программа для ведения базы данных тренировок спортсменов различных уровней подготовленности; календарь тренировок; редактируемые справочники упражнений и продуктов питания; редактор планов тренировок; мастер отчетов; различные виды калькуляторов.

Условно-бесплатная лицензия с 30-дневным сроком бесплатной пробной эксплуатации.

Сайт:

<https://www.abs-sports.ru/sportivniy-soft/irondoom-elektronniy-dnevnik-trenirovok.html>

Программы по видам спорта и группам видов спорта

Игровые виды спорта

Помощник тренера (по хоккею с шайбой)

20

Программа для создания, контроля и анализа тренировочных занятий, а также регистрации результатов хоккейных турниров. Разделена на четыре основные части: "Виды спортивной подготовки", "Коллекции упражнений", "Статистика игр" и "Тренировочные занятия".

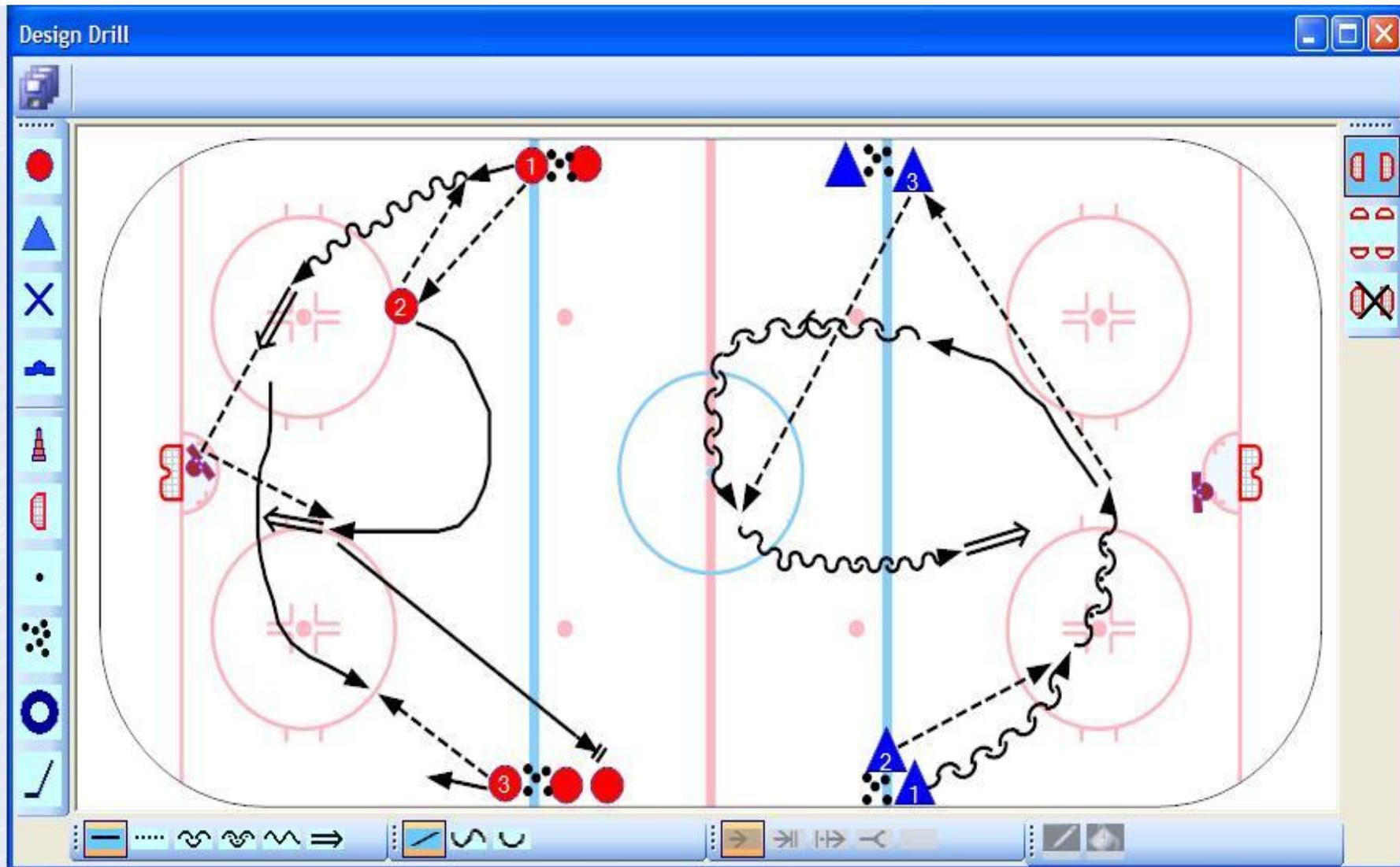
Коммерческая программа.

Системные требования: Windows 7 Professional; Частота процессора 2,5 ГГц; Оперативная память 4 Гб; Видеоадаптер ATI Radeon HD5450

Сайт: <http://www.vrzsoft.com/Default.aspx>

Помощник тренера (по хоккею с шайбой)

21



FIBA Europe Coaching

22

Международная федерация баскетбола на базе специализированного сайта FIBA Europe Coaching создала приложение для баскетбольных тренеров.

Приложение работает как на платформе Apple, так и на Android.

<http://coaching.fibaeurope.com>



Coach Note

23

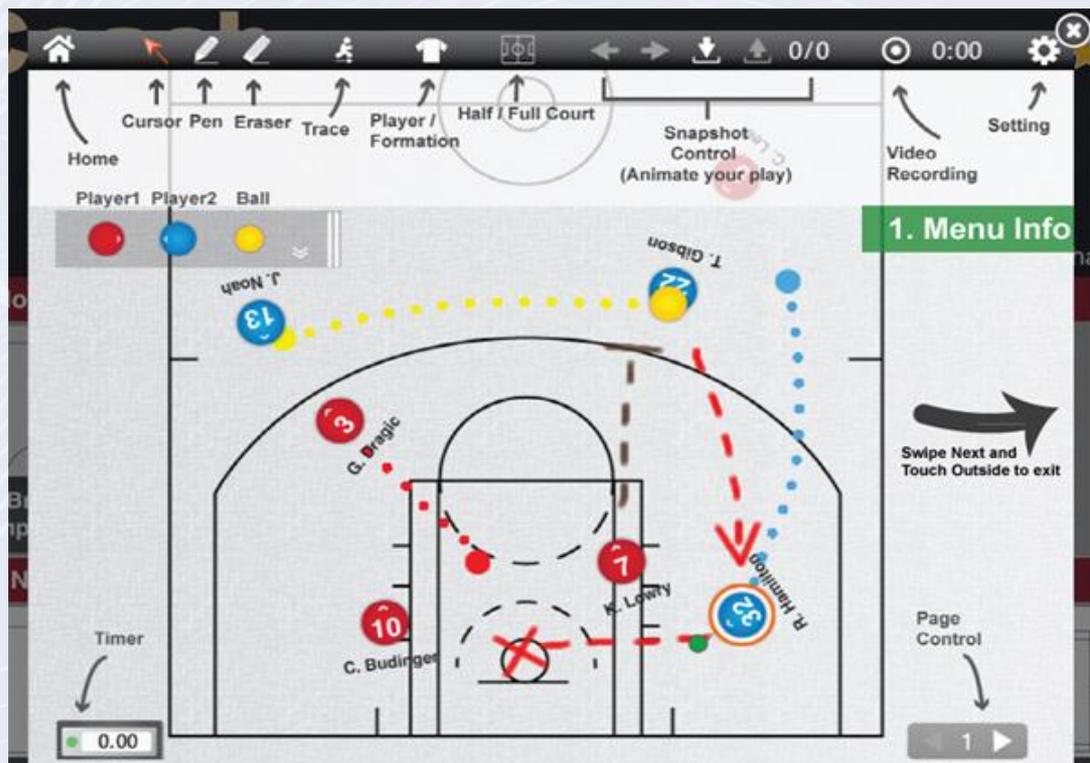
Программа на iPad для рисования тактической доске

Язык: Английский, Корейский

Требования: Совместим с iPhone, iPod Touch и iPad. iOS версии 4.2 и выше.

Коммерческая программа

Обзор: <https://www.sports.ru/tribuna/blogs/twotouch/337562.html>



Программы по видам спорта и группам видов спорта

Сложно-координационные виды спорта

Грация, Грация-соревнование

25

Предназначены для использования в аэробике и шейпинге.

Оценка физического состояния и подготовленности, контроль динамики, решение методических задач, протоколы тестирований, организация и проведение небольших соревнований-конкурсов.

Санкт-Петербургский государственный политехнический университет



Фигурное катание+

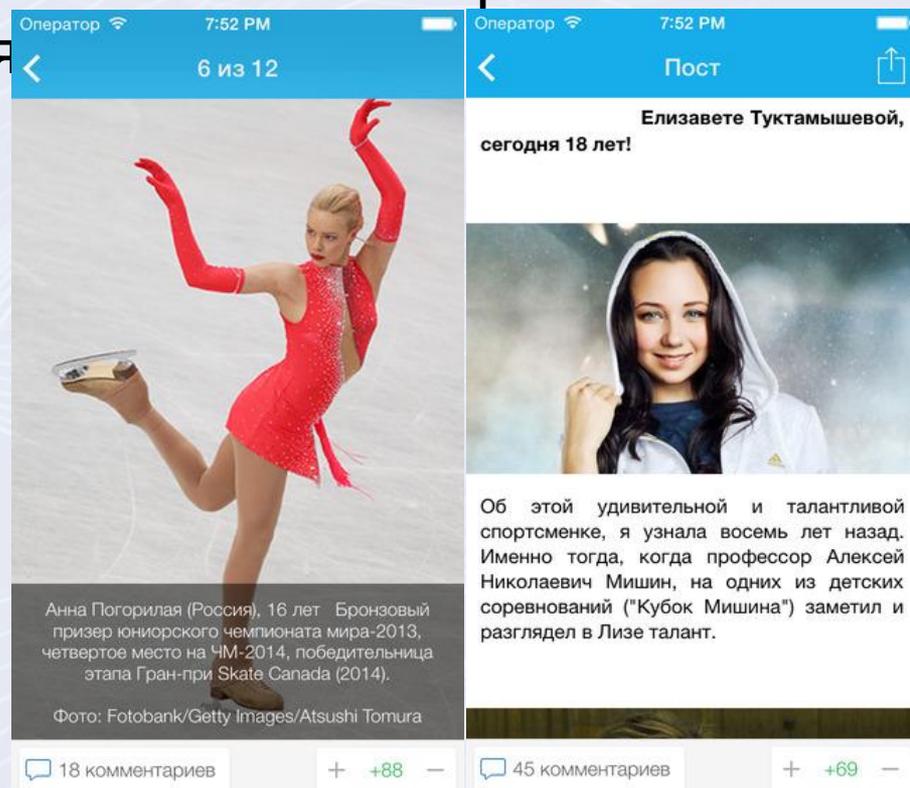
26

Мобильное приложение от Sports.ru

Российские и зарубежные новости, расписание международных турниров, интересные тексты и блоги, фото и видео с этапов Гран-при, чемпионатов Европы и мира, а также форумы и чаты для

[Скачать для iPhone / iPad](#)

[Скачать для Android](#)



Программы по видам спорта и группам видов спорта

Единоборства

Бокс, UFC и MMA+

28

Приложение для iOS от Sports.ru

Новости, лучшие моменты боев, материалы, интервью о боксе и смешанных единоборствах, а также платформа для общения

Размер: 48.0 МБ

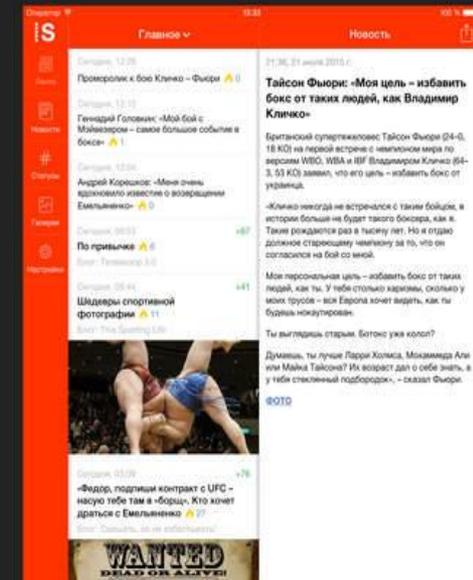
Язык: русский

Разработчик: Sports.ru LLC

Бесплатно

все новости и картина дня

мы мониторим 700 источников
и тщательно отбираем главное



29

Программы для видеоанализа

LongoMatch

30

Специализированный видеоредактор, который позволяет анализировать записи спортивных состязаний. Для анализа предоставляет: различные режимы просмотра, создание и редактирование эпизодов, возможность объединять эпизоды в категории и плейлисты, создание меток и различной дополнительной информации.

Даёт возможность не только проигрывать уже готовые видеозаписи, но и поддерживает работу в режиме реального времени. Возможен захват видео с Firewire, USB-камеры, IP-камеры.

Программа полностью свободная, бесплатная и кросс-платформенная. Имеются версии для Windows, MacOS и Linux.

<https://longomatch.com/en/>

LongoMatch

31

Spain vs Holland World Cup - LongoMatch

File Tools View Help

▶ Goal (3)
▼ Penalty Corner (4)

Name: Penalty Corner 003
Start: 0:00,920
Stop: 0:00,920

Name: Penalty Corner 004
Start: 0:04,520
Stop: 0:04,520

Name: Penalty Corner 005
Start: 0:15,749
Stop: 0:45,749

Name: Penalty Corner 006
Start: 8:42,086
Stop: 9:02,086

Stroke (0)
▼ Green Card (4)

Name: Green Card 016
Start: 1:18,080
Stop: 1:38,080

Name: Green Card 009
Start: 2:20,549
Stop: 2:40,549

Name: Green Card 011
Start: 5:22,015
Stop: 5:42,015

Name: Green Card 018

Plays Spain Holland Tags

Time: 0:06/0:20 1X

Goal 019

Penalty Corner 006

Green Card 018

Yellow Card 012

Информационно-аналитические системы

Информационно-аналитические системы

- Информационно-аналитические системы (ИАС) - комплекс аппаратных, программных средств, информационных ресурсов, методик, которые используются для обеспечения автоматизации аналитических работ в целях обоснования принятия управленческих решений и других возможных применений.

Информационно-аналитические ресурсы, базы данных

34



Информационно-аналитический ресурс «Система подготовки спортивного резерва Красноярского края» -
<http://sportrezerv24.ru>



Официальный сайт для размещения информации о государственных (муниципальных) учреждениях -
<http://bus.gov.ru/>



База данных персоналий (спортсмены, тренеры, судьи) на сайте федерации горнолыжного спорта и сноуборда России -
<http://www.fgssr.ru/Sport/UI/Page/PersonList/FGSSRPersonList.aspx?o=3275>

Сайт «Спортивные клубы по месту жительства Красноярского края»

<http://sportclub24.ru/>

35

Спортивные клубы по месту жительства Красноярского края

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ

ИНСТИТУТ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ НАЦИОНАЛЬНАЯ ОЛИМПИЙСКАЯ КОЛЛЕКТИВА И СПОРТ

Вход

Введите поисковый запрос

Новости Карта Поиск Статистика Для инструктора Подать заявку О сайте

События

11:59 04.05.17

Добавлена новость:
Запланирован семинар «Профессиональное использование MS Word в физкультурно-спортивных и образовательных организациях»

14:17 03.05.17

Добавлена новость:
В Красноярском крае стартовал первый этап летнего фестиваля ГТО

18:00 02.05.17

Добавлена новость:
Сотрудников центров тестирования приглашают на семинар «Работа с АИС ГТО»

17:58 02.05.17

Добавлена новость:
Состоится семинар «Инструменты для продвижения и популяризации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»

16:06 20.03.17

Добавлена новость:
Шушенский район и г. Зеленогорск – победители первого фестиваля ГТО среди взрослых

09:45 20.03.17

Добавлена новость:
В Красноярске стартовал

Красноярский край



Городские округа

Ачинск
Боготол
Бородино
Дивногорск
Енисейск
Железногорск

Зеленогорск
Канск
Кедровый
Красноярск
Лесосибирск
Минусинск

Назарово
Норильск
Солнечный
Сосновоборск
Шарыпово

Муниципальные районы

Твиты про #спорт source:twitterfeed

Илья Кирилов
@ole4901

Сильнов стал кандидатом на пост главы ВФЛА
#FOLLOWBACK #спорт

02 Nov

Илья Кирилов
@ole4901

Форвард «Тампы» Кучеров признан второй звездой дня в НХЛ
#FOLLOWBACK #спорт

Спортивн...
32 нравится

Нравится

Нравится вам и еще одному другу

«Система подготовки спортивного резерва Красноярского края»

<http://sportrezerv24.ru>

36

Бход ▼

Система подготовки спортивного резерва Красноярского края

Введите запрос Искать

    КРАСЛИДЕР

Новости Территории Учреждения Поиск Аналитика Ресурсы Материалы О сайте

Главная » Территории

Красноярский край

2014 2015 2016

Северная группа районов:

Богучанский район
Енисейск
Енисейский район
Казачинский район
Кежемский район
Лесосибирск
Мотыгинский район
Норильск
Пировский район
Северо-Енисейский район
Таймырский Долгано-Ненецкий район
Туруханский район
Эвенкийский район

Западная группа районов:

Ачинск
Ачинский район
Бирюсский район
Боготол
Боготольский район
Большешулейский район
ЗАТО Солнечный
Козульский район
Назарово
Назаровский район
Новосёловский район
Тюхтетский район
Ужурский район
Шарыпово
Шарыповский район



Восточная группа районов:

Абанский район
Бородино
Дзержинский район
Зеленогорск
Иланский район
Ирбейский район
Канск
Канский район
Нижнеингашский район
Партизанский район
Рыбинский район
Саянский район
Тасеевский район
Уярский район

Центральная группа районов:

Балахтинский район
Берёзовский район
Большемуртинский район
Дивногорск
Емельяновский район
Железногорск
Красноярск
Манский район
п. Кедровый
Сосновоборск
Сухобузимский район

Южная группа районов:

Ермаковский район
Идринский район
Каратузский район

Сайт Института как источник информации

<https://irs-krsk.ru/>

37



+7(391) 221-15-46; 221-30-10

e-mail: ipk_rfk@mail.ru

[▶ ПОДАТЬ ЗАЯВКУ НА ОБУЧЕНИЕ](#)

Поиск по с: [Найти](#)

[👁️ ВЕРСИЯ САЙТА
ДЛЯ СЛАБОВИДЯЩИХ](#)

[Сведения об организации](#)

[Образование](#)

[Методическое сопровождение](#)

[Цифровая трансформация](#)

[Развитие отрасли](#)

[Фотогалерея](#)

[Контакты](#)



НАМ 10 ЛЕТ



НОВОСТИ



27.10.2021
Здравствуй, Енисейская Сибирь!



25.10.2021
Хотите научиться правильно обращаться с



25.10.2021
Что такое эффективные коммуникации?



22.10.2021
Вместе с министром спорта края мы сдали нормативы

Информационные технологии в образовательном процессе

(в физической культуре и спорте)

Применение ИТ в образовательном процессе в ФКиС

39

- электронные учебные пособия;
- информационно-поисковые системы;
- автоматизированные обучающие системы;
- компьютерные учебные курсы;
- системы компьютеризированного контроля знаний;
- системы дистанционного обучения.

Система дистанционного обучения <https://do.irs-krsk.ru/>

40

КГКУ «Красноярский институт развития физической культуры и спорта»

Вы не вошли в систему (Вход)



Доступные курсы

Цифровизация спортивной отрасли и использование цифровых технологий в деятельности спортивных организаций

Цель: повышение уровня профессиональной компетентности и совершенствование выполнения трудовых функций специалистов в сфере физической культуры и спорта в рамках имеющейся квалификации

Категория слушателей: заместители руководителей, тренеры, инструкторы-методисты и иные специалисты физкультурно-спортивных и образовательных организаций, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта

Срок обучения: 32 академических часа

Современные технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта (легкая атлетика)

Цель: повышение уровня профессиональной компетентности и совершенствование выполнения трудовых функций тренеров и иных специалистов по физической культуре и спорту в рамках имеющейся квалификации по виду спорта «легкая атлетика»

Категория слушателей: тренеры, тренеры-преподаватели

Срок обучения: 72 академических часа

Дополнительная информация: **по телефону 8 (391)221-30-10** (отдел дополнительных профессиональных программ).

Организация работы по профилактике и противодействию коррупции в физкультурно-спортивных организациях

Учитель: Буянова Наталья

Цель: содействие эффективной организации работы по профилактике и противодействию коррупции в физкультурно-спортивных организациях через обновление и систематизацию знаний в области противодействия коррупции руководителей, заместителей руководителя, специалистов, ответственных за организацию этой работы

Полезные ссылки

- Применение современных информационных технологий и ресурсов в физкультурно-спортивной организации: Методические рекомендации / сост. Т.В. Смирнова, КГКУ «Красноярский институт развития физической культуры и спорта». – Красноярск, 2021. – 49 с. Режим доступа: https://irs-krsk.ru/sites/default/files/sovremennye_informacionnye_tehnologii_i_resursy.pdf
- Информационная культура: электронное учебно-методическое пособие / сост.: Е.В. Матвеева, Т.В. Смирнова; Красноярский краевой институт повышения квалификации работников физ. культуры и спорта. - Красноярск, 2014. – 61 с.
- Голосов А. «ИТ обеспечат высокие спортивные достижения» /Журнал «СNEWS» 2014, № 72. – с.44

- **Информационно-аналитический отдел**
 - **Тел.: 8(391) 201-62-60**
 - **infotdel@irs-krsk.ru**