

ТЕХНОЛОГИЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ОБЛАЧНОЙ ПЛАТФОРМЫ TRELLO ДЛЯ ЭФФЕКТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ КОМАНДЫ К ВОЕННО-СПОРТИВНЫМ СОРЕВНОВАНИЯМ

У каждого преподавателя-организатора есть своя особая методика подготовки к военно-спортивным соревнованиям. Прежде всего, она подразумевает ежедневное тесное личное общение тренера и команды, системный тренировочный процесс, учитывающий как потенциал команды в целом, так и личные особенности каждого из ее членов. Очевидно и то, что основной целью тренировки является достижение максимально возможного для данного индивидуума уровня технико-тактической, физической и психической подготовленности, обусловленного спецификой вида спорта и требованиями достижения максимально высоких результатов в соревновательной деятельности. Задачами тренера становятся грамотный отбор и подготовка спортсмена, точное определение долговременных целей и краткосрочных задач, организация качественного, эффективного тренировочного процесса. Именно тренер должен не только разобрать методику и умело применять ее, своевременно внося необходимые коррективы, но и организовать весь учебно-тренировочный процесс в целом. «Хороший тренер напоминает мне настройщика музыкальных инструментов, – говорил А. Воробьев, профессор, олимпийский чемпион и тренер олимпийских чемпионов, – струнами ему служат мышцы атлета, а штанга напоминает камертон».

Современные цифровые технологии прочно вошли в практику тренерской работы. Цифровым ресурсом, помогающим организовать тренировочный процесс команды, может стать облачная программа TRELLO.

TRELLO – это максимально простой и интуитивно понятный онлайн-сервис для управления рабочими процессами и проектами. Он представляет собой виртуальную доску для карточек и их перемещения. TRELLO – это простая иерархия из досок, списков и карточек. На доске находятся списки, в списках – карточки.

К основным возможностям TRELLO отнесем следующие:

✓ *Облачное решение:* всё хранится на облачных серверах, поэтому ничего не потеряется и не забудется.

✓ *Все плюсы онлайн-сервиса:* отслеживание дедлайнов, уведомления, прикрепление файлов, поиск по задачам, фильтрация и сортировка, подробные логи и статистика.

✓ *Кроссплатформенность*: сервис доступен в веб-версии (для Chrome, Firefox, Safari и Edge), есть приложение для компьютера, планшета и смартфона.

✓ Возможность пользоваться *бесплатно*: TRELLO выгодно отличается от прочих продуктов почти неограниченными функциями в бесплатной версии. Единственное ограничение – нельзя загрузить файл тяжелее 10 Мб.

✓ *Интеграция с внешними сервисами*: TRELLO можно связать с внешними сервисами, например почтой, календарем и другими.

В течение учебного года в календаре массовых мероприятий на уровне области, города, района присутствует несколько традиционных и ответственных военно-спортивных соревнований.

К ним относятся:

- ✓ «Осень в камуфляже» (сентябрь-октябрь).
- ✓ «Орленок», районный этап (февраль).
- ✓ «Орленок», муниципальный этап (апрель).
- ✓ «Орленок», региональный этап (май).
- ✓ «Спартакиада допризывной молодежи», муниципальный этап (март).
- ✓ «Спартакиада допризывной молодежи», региональный этап (май).
- ✓ Всероссийская олимпиада школьников, муниципальный этап (ноябрь).
- ✓ Всероссийская олимпиада школьников, региональный этап (январь).
- ✓ «Зарница Поволжья», межрегиональный финал (сентябрь).

Результативное участие сборной команды школы в любом из этих мероприятий повышает престиж воинской службы в глазах подрастающего поколения, пропагандирует нормы здорового образа жизни, помогает формированию личного портфолио выпускника и т. д.

При подготовке к каждому из обозначенных соревнований в Положении или Правилах соревнований мы можем найти общие соревновательные элементы. Проанализировав Положения и Правила, можно сформировать примерный универсальный комплекс соревновательных элементов:

- 1) разборка – сборка АК-74;
- 2) стрельба из пневматической винтовки;
- 3) строевая подготовка;
- 4) надевание ОЗК;
- 5) метание гранаты;
- 6) силовая гимнастика;
- 7) медицина.

Чем же тренер, занимающийся системной подготовкой команды к военно-

спортивным соревнованиям различного уровня, может наполнить доску TRELLO, чтобы перевести тренировочный процесс в дистанционный режим, но не снизить его качество? Материалами, необходимыми для отработки каждого пункта обозначенном выше универсальном комплексе соревновательных элементов.

Доска TRELLO не имеет смысла, если в ней нет списков-колонок. Например, каждый пункт универсального комплекса может стать отдельной колонкой: «Разборка – сборка АК-74», «Стрельба из пневматической винтовки», «Строевая подготовка», «ОЗК», «Метание гранаты», «Силовая гимнастика», «Медицина» (Приложение 1).

Именно по ним будут двигаться члены команды в ходе выполнения тренировочных задач. Сами же задачи становятся карточками TRELLO. **Карточки** – это базовый элемент доски. Именно в них кипит работа: появляются сроки и метки, добавляются участники, ведутся обсуждения. Обычно карточка – это одна тренировочная задача. Каждая колонка может быть наполнена следующими карточками (Приложение 2).

Колонка	Содержание карточек
«Разборка – сборка АК-74»	Плакат-макет АК-74, правила порядка разборки и сборки АК-74, обучающие видео с образцовой разборкой и сборкой
«Стрельба из пневматической винтовки»	Программы тренировок по формированию навыков устойчивости (стрельба из положения стоя на мягкой поверхности), выносливости (упражнение «стойка» для укрепления мышц тела), концентрации (прицеливание и стрельба по пустому листу бумаги)
«Строевая подготовка»	Строевой устав Вооруженных сил Российской Федерации, обучающие видео с образцовым выполнением приемов строевой подготовки
«ОЗК»	Обучающие видео о правильном порядке надевания и снятия ОЗК
«Метание гранаты»	Программа тренировок, содержащая систему подводящих упражнений для укрепления связок и мышц, для отработки образцовой отработки техники метания
«Силовая гимнастика»	Программа тренировок, рассчитанная на накопительный эффект выполняемых упражнений

«Медицина»	Электронная версия учебного пособия «Первая помощь» (М., 2018) для лиц, обязанных и (или) имеющих право оказывать первую помощь; обучающие таблицы «Точки прижатия кровеносных сосудов при кровотечении», «Транспортные положения при различных видах травм», «Первая помощь при переломах», «Сердечно-легочная реанимация» и проч.; электронные тесты и проверочные работы
------------	---

Также в отдельную колонку можно выделить «Теоретический блок», куда вошли сведения, необходимые не в каком-то отдельном соревновательном элементе, но в той или иной мере применимые практически во всех соревнованиях. Это: Азбука Морзе, Международная кодовая таблица сигналов «Земля – Воздух», основные правила вызова скорой медицинской помощи и других специальных служб, правила дорожного движения, погоны и знаки различия ВС РФ, топографические знаки, туристские узлы, правила и принципы ориентирования на местности и т. д.

Конечно, особой колонкой доски TRELLO стали «Программы индивидуальных тренировок», прописанные для каждого члена команды.

Информация, которая будет содержаться в карточках (Приложение 3):

✓ *Название.* Например: «Промежуточная аттестация по сердечно-легочной реанимации».

✓ *Описание.* Например: «Видео с образцовым выполнением приемов одиночной строевой подготовки».

✓ *Участник или исполнитель.* Например: «Иван Петров». Это может быть один или несколько человек, а также вся команда.

✓ *Срок.* Например: 24 апреля 21:00. При добавлении срока в карточке появляется чек-бокс о выполнении.

✓ *Чек-лист.* Например: «1. Изучить алгоритм действий при остановке дыхания. 2. Выполнить тренировочные упражнения. 3. Выполнить проверочную работу».

✓ *Обложка.* Если добавить к карточке изображение, оно автоматически станет обложкой и выделит карточку в колонке. Это можно отменить в настройках карточки.

✓ *Метка.* Метки – это цветные ярлыки для задач. Ярлыками можно разделять задачи по их типу, сложности, важности, разделу и т. п.

✓ *Комментарии.* Комментарий к карточке может оставить любой участник доски. Например: «Не успею выполнить к 21:00». Чтобы упомянуть участника, введите его имя через @, например @Петр Иванов.

Интересна работа с функцией «Срок выполнения» (Приложение 4). Если в карточке установлен срок выполнения, отметка с датой станет жёлтой и красной по мере приближения к указанной дате. Если задание выполнено в срок и отмечено как выполненное, отметка с датой будет зелёной. Эта небольшая деталь выступает хорошим психологическим крючком для своевременного исполнения задачи.

Удобно и то, что карточки можно легко переместить из колонки в колонку: достаточно одного взгляда на доску, чтобы оценить, как идут дела на том или ином этапе тренировочного процесса.

В практике организации тренировочного процесса с помощью облачной программы TRELLO возможны риски: команда бодро принимается за использование TRELLO, но быстро угасает. Кажется, что новый сервис решит проблему, а проблема – в нашем поведении. Удобный инструмент способен помочь в деле, но не выполнить его. TRELLO идеально подходит для тех, кто хочет ежедневно видеть прогресс в движении к цели, то есть для настоящих увлеченных спортсменов, нацеленных на результат.

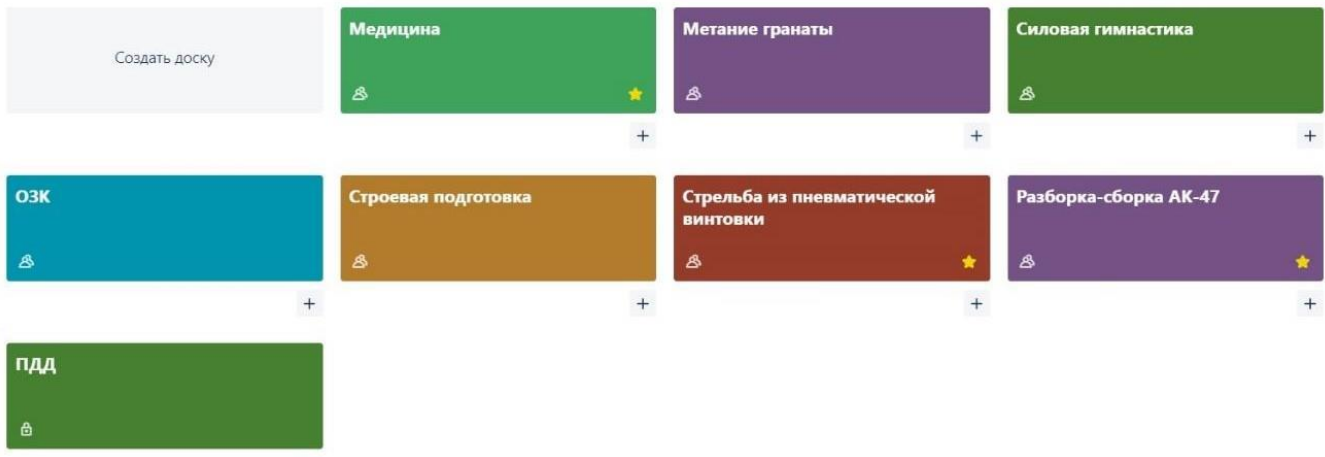
Литература

1. Спорт и коронавирус: главное. – Текст: электронный // sport-express.ru: [сайт]. – URL: <https://www.sport-express.ru/others/stories/sport-i-koronavirus-glavnoe-1648510/> (дата обращения: 12.02.2022).

2. Цифровые ресурсы для организации образовательного процесса и оценки достижений обучающихся в дистанционном формате: обзор цифровых ресурсов для дистанционного образования. – Н.Новгород, 2020.

3. Цифровые инструменты в образовательной деятельности // Study Life URL: <https://www.stdlife.ru/ped/publication/public00033> (дата обращения: 12.02.2022).

Приложение 1



Приложение 2

