**Современные инновационные технологии по физической культуре**

Две главные социальные задачи Закона Российской Федерации «Об образовании» - развитие образовательных систем, обеспечение высокого качества образования и сохранения и укрепления состояния здоровья учащихся и педагогов. Главная же задача учителя - сделать  урок интересным, занимательным, а также сохранить здоровье учащихся и привить основы здорового образа жизни. Поэтому требуется введение инновационных педагогических технологий в преподавании физической культуры, направленные на развитие физических качеств у учащихся.

Возвращаясь к теме проведения интересного урока, можно выделить следующие интересные идеи:

**Формы организации и виды уроков:**

* Урок-игра
* Урок-соревнование
* Урок-турнир
* Интегрированный урок

**Условия:**

* Личностно-ориентированный подход в обучении
* Компетентностный подход

**Ожидаемый результат:**

* Повышенный уровень физической активности и самостоятельности учащихся
* Активизация внеурочной  деятельности школьников
* Улучшение здоровья учащихся

Наилучший воспитательный результат получается, когда ты опираешься на успех ученика. Ученик, ощущая вкус победы, с удовольствием идет дальше и развивается.

Помимо традиционных методов обучения, есть и инновационные активные формы  обучения: проектирование,  проблемные лекции, элементы передовых педагогических технологий.

Для каждого обучающегося создана индивидуальная образовательная траектория, которая учитывает индивидуальный тип телосложения, физическую подготовленность, состояние здоровья. В связи с этим ребятам предлагаются упражнения различной степени сложности, предоставляется возможность постепенного овладения необходимыми умениями и навыками. Помимо развития физических качеств, формируются навыки самооценки и самоконтроля при  выполнении упражнений у учащихся.

Во все времена здоровье считалось для человека единственной, абсолютной ценностью, влияющее на все сферы человеческой деятельности, способствует полноценному включению человека в социальную реальность, реализации  задуманных им планов, оно – залог активной насыщенной жизни и долголетия. На уроках физкультуры уделяется внимание развитию практических навыков, необходимых в разных физических ситуациях. Я использую новые инновационные направления на уроках физической культуры, которые формируют у учащихся мировоззрение здорового образа жизни. Для этого на уроках ученики должны быть мотивированы на положительный результат и доброжелательное отношение друг к другу. Такого эффекта достигаю при комплексном использовании всего арсенала методов и средств обучения, наиболее результативными из которых являются – метод **имитации**, метод проектов, игровой, метод регламентированного упражнения, методы анализа, сравнения, соревновательный метод.

Сегодня все сферы человеческой деятельности связаны с физической культурой, поскольку физическая культура и спорт - общепризнанные материальные и духовные ценности общества.

Роль уроков физической культуры возрастает в связи с проблемой сохранения здоровья и развития физического потенциала обучающихся. Результативность воспитания и обучения во многом зависит от личности учителя.

Здоровье обучающихся с возрастом ухудшается: их функциональные возможности в ходе учебы снижаются. Базовое образование должно не ухудшать, а улучшать здоровье обучающихся посредством совершенствования их знаний, формирования умений и навыков укреплять свое здоровье и здоровье окружающих, поэтому одной из наиболее **важных задач** на современном этапе обучения обучающихся считается развитие физических качеств.

В качестве основного критерия итоговой оценки успеваемости избрана посещаемость занятий, ориентированных, прежде всего на индивидуальные темпы развития двигательных способностей, а не на выполнение учебных нормативов, полнота приобретенных теоретических знаний, работоспособность на уроке, участие в спортивной жизни школы.

На занятиях со старшими классами особое место отвожу силовой, пилатыс, стрейчингу, йоге, дыхательной гимнастике и общей физической подготовке. Ученики получают такую физическую нагрузку, которую они способны выдержать без ущерба для здоровья. Такой результат достигается в результате использования всего арсенала методов: метода максимальных усилий, метода динамических усилий, «ударного» метода. Регулярно применяются игровые методики, здоровьесберегающие технологии, методика мониторинга. Результатом деятельности по укреплению здоровья обучающихся является снижение заболеваний в школе.

Физическая культура в школе направлена теперь на массовое привлечение учащихся к занятиям физической культурой и спортом. В частности предлагается возможность теоретического изучения предмета всем учащимся. Уроки стали обязательными для всех детей, включая и тех, у кого есть медицинские противопоказания, дающие освобождение от выполнения физических нагрузок.

В школе проводятся Дни здоровья, любимое мероприятие, туристические походы, проводятся  различные соревнования: «Веселые старты», **«**Всероссийские акции «Мы готовы к ГТО». Все эти технологические подходы повышают активность в этом процессе самих учащихся,  успешно развивают и оздоравливают, достигая при этом высоких результатов в спортивной деятельности учащихся.

* *Инновация* - процесс улучшения путем внесения каких-либо новшеств; успешное использование новых идей;

Понятие «инновация» появилось сравнительно недавно и теперь уже прочно вошло в педагогический обиход.

В основе инновационных образовательных процессов лежат две важнейшие проблемы педагогики: проблема изучения педагогического опыта и проблема доведения этого опыта до практики.

Инновации в системе физического воспитания обучающегося являются функциональной необходимостью педагогов образовательных учреждений. Использование инновационных технологий в физическом воспитании - это в первую очередь **творческий подход**к педагогическому процессу с целью повысить интерес к занятиям физической культурой и спортом. Это главная цель, к которой мы стремимся в связи с задачей повышения уровня процесса обучения для сохранения здоровья.

**Необходимые условия** реализации развития инновационной деятельности – это комплекс мер, стимулирующих инновационную деятельность педагогов:

- материальная поддержка, выражающаяся в частичном финансировании проектов;

- моральная поддержка: общественное признание проблем, заявленных в инновационном проекте;  возможность издания результатов инновационной деятельности;

- профессиональная поддержка: индивидуально ориентированная помощь, возможность обучения на целевых курсах, участие в “круглых столах”, организационно-деятельностных играх; особое внимание инновационной деятельности при аттестации на квалификационные категории.

* 1. ***Инновации характерны для любой профессиональной деятельности человека и поэтому естественно становятся предметом изучения, анализа и внедрения.***
  2. ***Инновации сами по себе не возникают, они являются результатом научных поисков. Этот процесс не может быть стихийным, он нуждается в управлении.***
  3. ***Об инновациях в российской образовательной системе заговорили с 80-х годов XX века. Именно в это время в педагогике проблема инноваций и её понятийное обеспечение стали предметом специальных исследований.***

**Здоровьесберегающие технологи** предусматривают:

- строгие дозированные физические нагрузки с учетом физического развития всех обучающихся, их группы здоровья;

-строгий контроль температурного режима, вентиляции помещения;

-проверка и контроль за состоянием спортивного оборудования и инвентаря, своевременный их ремонт и починка, содержание их в чистоте;

- применение специальных упражнений для профилактики и коррекций осанки;

- использование методики чередования интенсивности и релаксации в обучении;

**Способ круговой тренировки**, в основе которого лежат три метода:

1.      Непрерывно-поточный, который заключается в выполнении заданий одного за другим, с небольшим интервалом времени. Этот метод способствует комплексному развитию двигательных качеств.

2.      Поточно-интервальный базируется на краткосрочном (20-40 с) выполнении простых по технике упражнений с минимальным отдыхом, это способствует развитию общей силовой выносливости.

3.      Интенсивно-интервальный используется с ростом уровня физической подготовленности.

**В результате использования вышеописанных подходов удается:**

– раскрыть всесторонние способности учащихся;

–  привлечь к здоровому образу жизни и регулярным занятиям физкультурой и спортом;

– повысить заинтересованность ребят и увлеченность предметом;

– научить учащихся быть более уверенными в себе;

– научить учащихся стараться использовать полученные знания в различных ситуациях;

– повысить качество знаний учащихся.

Уровень обученности по физической культуре составляет 100%. Качество знаний – от 85% до 100%. На каждом уроке уделяется внимание выполнению правил техники безопасности.

Учащиеся становятся  победителями и призерами районных соревнований, как в личном первенстве, так и в командном зачете.

**Педагогическая технология** – построение системы целей (от общих к конкретным) для достижения определенного результата развития обучающихся с высокой вариативностью использования методов, приемов, средств и форм организации обучения [Т.В. Машарова].

Также используются здоровье сберегающие технологии – это совокупность приёмов, методов, методик, средств обучения и подходов к образовательному процессу, при котором выполняются как минимум 4 требования:

1. Учёт индивидуальных особенностей обучающихся.

2.Деятельность учителя в аспекте реализации здоровье сберегающих технологий на уроках физической культуры должна включать знакомство с результатами медицинских осмотров обучающихся, их учет в учебно-воспитательной работе;

3. Не допускать чрезмерной изнуряющей физической, эмоциональной, нагрузки при освоении учебного материала.

4. Обеспечение такого подхода к образовательному процессу, который гарантировал бы поддержание только благоприятного морально-психологического климата в коллективе.

Для достижения целей применяются следующие группы средств:

* Средства двигательной направленности;
* Оздоровительные силы природы;
* Гигиенические факторы.

Так же использую **игровые технологии** на уроке с целью повышения эмоциональности и дальнейшей мотивации к занятиям физической культурой. Ценность игровой деятельности заключается в том, что она учитывает психолого-педагогическую природу обучающегося, отвечает его потребностям и интересам. Игра формирует типовые навыки социального поведения, специфические системы ценностей, ориентацию на групповые и индивидуальные действия, развивает стереотипы поведения в человеческих общностях. Игровая деятельность на уроках дает возможность повысить у обучающихся интерес к учебным занятиям, позволяет усвоить большее количество информации, помогает ребятам в процессе игры научиться принимать ответственные решения в сложных ситуациях. Использование игровых форм занятий ведет к повышению творческого потенциала обучаемых и к более глубокому, осмысленному и быстрому освоению материала. Ценность игры заключается в том, что она осуществляется не под давлением жизненной необходимости.

**Информационно-коммуникативные технологии**. Уроки физической культуры включают большой объем теоретического материала, на который выделяется минимальное количество часов, поэтому использование современных информационных технологий позволяет эффективно решать эту проблему. Используя компьютерные технологии в образовательном процессе, урок становится более интересным, наглядным и динамичным. Многие объяснения техники выполнения разучиваемых движений, исторические документы и события, биографии спортсменов, освещение теоретических вопросов различных направлений не могут быть показаны обучающимся непосредственно. Поэтому необходимо использовать различные виды наглядности. Сам факт проведения урока физической культуры в кабинете, оснащенном компьютерной техникой, интригует обучающихся, у них появляется внешняя мотивация. Из внешней мотивации “вырастает” интерес к предмету.

В образовательных учреждениях имеются все условия для проведения уроков с компьютерной поддержкой: интерактивная доска, мультимедийный проектор, компьютер. Так же можно использовать на уроках физической культуры  электронные презентации.

**Технология уровневой дифференциации**– это проведение два раза в год разноуровневого тестирования физической подготовленности учащихся. Даются различные задания для обучающихся основной физкультурной группы и обучающихся с ослабленным здоровьем.

**Еще можно выделить такие технологии, как:**

* Оздоровительные дыхательные технологии (дыхательная практика Бутейко)
* Скандинавская ходьба (ходьба с лыжными палками).
* Фитнес технологии (стрейчинг, аква-аэробика, степ-аэробика, слайд, бодибилдинг (на построение тела, коррекцию физического развития, лишнего веса и т.д.).
* Спартианские игры. Спартианское многоборье: спортивные соревнования; соревнования по туризму и ориентированию.

Оптимизировать процесс обучения также помогают **технологии группового обучения** − использование малых групп (3-7 человек) в образовательном процессе. Главное условие групповой работы заключается в том, что взаимодействие учеников осуществляется на партнерской основе. Это создает комфортные условия в общении для всех, обеспечивает взаимопонимание в группе.

Результатом инновационных процессов в образовании является использование новшеств, как теоретических, так и практических. Причем инновация в системе образования предполагает введение нового в цели образования; разработку нового содержания, новых методов и форм обучения и воспитания, внедрение и распространение уже существующих педагогических систем; развитие школы. Инновации в системе физического воспитания учащихся является функциональной необходимостью педагогов образовательных учреждений.

**Литература**

1. Молоков Ю.Г., Молокова А.В. Актуальные вопросы информатизации образования // Образовательные технологии: Сборник научных трудов. - Новосибирск, ИПСО РАО.-1997.- 1. с.77-81.

2. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии: Учебное пособие. - М.: Народное образование, 1998. - 256 с.

3. Теория и методика физического воспитания, т. 1, 1967;История физической культуры и спорта,1975;Доклад Профессора, д.п.н. Лукьяненко В.П.

4. Беспалько В.П. Слагаемые педагогической технологии. - М.: Просвещение, 1999.-105с.

5. Кан-Калик В.А., Никандров И.Д. Педагогическое творчество. - М.: Педагогика, 1990.-68с.

6. Шевченко С.Д. Школьный урок: Как научить каждого. – М.: ВЛАДОС, 2004.-208с.

7. Харламов, И.Ф. Педагогика: Учеб. Пособие. М., 1997. 43-75.

Выготский ,Л.С. Педагогическая психология / Под ред. В.В. Давыдова. М.: