**УДК 796**

**ШПИЛЕВОЙ С.А.**

преподаватель физической культуры

ТОГАПОУ «Многопрофильный колледж им.И.Т.Карасева»

(г.о.Тамбов, п.Строитель, Россия)

**ИННОВАЦИОННЫЕ МЕТОДИКИ И ТЕХНОЛОГИИ**

**ПРЕПОДАВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

***Аннотация:*** *Уроки физической культуры способствуют сохранению и укреплению здоровья учащихся, приобщению их к здоровому образу жизни. Сегодня на смену традиционным методикам преподавания физической культуры приходят инновационные технологии. В данной статье рассмотрены виды инновационных технологий преподавания физической культуры в образовательных учреждениях.*

***Ключевые слова:*** *инновации, технологии, методики, физическая культура.*

В настоящее время инновационная деятельность является ведущей в осуществлении образовательного процесса. Согласно статье 20 Федерального закона № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» инновационная деятельность в сфере образования ориентирована на разработку, апробацию и внедрение новых учебников, учебных пособий и совершенствование научного, учебно-методического обеспечения системы образования. [6]

Реализуется инновационная деятельность в образовательных организациях в форме проектов и программ по широкому спектру различных направлений.

На наш взгляд, преподавателям физической культуры особенно важно выстраивать образовательный процесс с учетом инновационного подхода в связи с тем, что современных студентов необходимо больше мотивировать, заинтересовывать, побуждать к деятельности и приобщать к здоровому образу жизни. Благодаря новым методикам и технологиям проведения уроков физической культуры возрастает количество желающих заниматься физической активностью, повышается качество выполнения упражнений, улучшаются результаты и показатели в рамках рассматриваемой области, создаются благоприятные условия для занятий спортом.

Проанализировав трактовки терминов «инновация» и «педагогическая инновация» ученых-исследователей, педагогов В.А.Сластенина, В.С.Лазарева и др. в данной статье под инновацией будем понимать нововведение (новшество) в систему образования, которое совершенствует содержание, методы, формы взаимодействия педагога и обучающихся.

Педагогическая инновация в педагогическом словаре трактуется как целенаправленное изменение, вносящее в образовательную среду стабильные элементы (новшества), улучшающие характеристики отдельных частей, компонентов и самой образовательной системы в целом. [4]

На основе рассмотренных терминов можно сделать вывод, что инновации позволяют преподавателю и учащимся по-новому выстраивать традиционные уроки, нестандартно подходить к решению образовательных задач.

Исследователи Н.М. Стукаленко, И.А. Просандеева, Д.В. Лепешев выделяют следующие группы инновационных технологии:

**Здоровьесберегающие технологии.**Здоровьесберегающие технологии нацелены на обеспечение сохранения здоровья ребенка во время обучения, формирование необходимых знаний, умений, навыков и правильного использования их в реальной жизни.

Одним из основных и главных направлений здоровьесберегающих технологий является создание здорового и оптимального психологического климата на уроке, благодаря которому повышается мотивация к обучению, происходит улучшение усвоения знаний, без эмоционального напряжения, создаются комфортные и благоприятные взаимоотношения всех участников педагогического процесса. [2]

В рамках данной технологии при выборе форм, содержания, методов работы учитывается возраст, пол, состояние здоровья, уровень развития и подготовленности учащихся. На уроках создаются все необходимые условия в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами (освещение, характеристика воздуха, температурный режим), преимущественно занятия проводятся на свежем воздухе. Физические нагрузки дозируются с учетом развития учеников, групп здоровья, индивидуальных особенностей детей. Особое внимание уделяется контролю спортивного инвентаря, его состоянию, поддержанию чистоты, контролю соответствия спортивной одежды и обуви ребенка допустимым нормам. [5]

В.Р.Васильева в своей статье выделяет следующие типы оздоровительных технологий, используемых преподавателями на уроках физической культуры:

- *изменение видов деятельности* – один из способов повышения эффективности урока (изменение теории и практики: умственные и физические нагрузки учащихся);

- *приятная* *обстановка* – позволяет выявить физическое и психологическое состояние детей на момент проводимого занятия,  создавая благоприятную атмосферу и стремление обучающихся быть активными участниками.

- *индивидуальный подход* – создает для каждого ребенка ситуацию успеха;

*- активный отдых, закаливание.*

При здоровьесберегающем подходе важно применять специально подобранные упражнения, направленные на профилактику различных заболеваний. На уроках физической культуры мы используем упражнения, направленные на коррекцию осанки, на укрепление и отдых глазных мышц, дыхательные упражнения.

**Личностно-ориентированная технология обучения –** данная технология предполагает создание преподавателем всех необходимых условий для развития индивидуальных способностей детей, способствует созданию творческой атмосферы на занятиях, развивает практические навыки, необходимые любому человеку в различных жизненных ситуациях, формирует осознанное, серьезное отношение к урокам физической культуры.

В рамках данной технологии для каждого ученика разрабатывается индивидуальная образовательная траектория, учитывающая индивидуальный тип телосложения, физическую подготовку, особенности здоровья, умственное развитие. Зная данные параметры ребенка можно с легкостью дифференцировать тренировки и учебные занятия, подбирать упражнения разной степени сложности. [1]

На наш взгляд, при применении личностно-ориентированной технологии помимо разработанной индивидуальной образовательной траектории целесообразно использовать и другие методы, приемы обучения нестандартных уроков: урок взаимообучения учащихся, урок-конкурс, урок-состязание, урок-турнир и др. Такие формы позволяют стимулировать интерес и пробуждать мотивацию учащихся к занятиям спортом не только во время образовательного процесса, но и в свободное от учебы время.

**Информационно-коммуникационные технологии.** В настоящее время ИКТ активно используется при обучении детей в различных предметных областях, в том числе и на уроках физической культуры. Рассматриваемые технологии позволяют сделать урок современным, новым, а самое главное интересным для детей всех возрастных категорий.

Практические уроки физической культуры основываются на большом объеме теоретического материала, на прохождение которого зачастую отводится мало времени. Данную проблему можно решить с помощью применения ИКТ-технологий. Онлайн-лекции, интерактивные презентации, подобранные видеоролики позволяют учащимся познакомиться с различными видами спорта, биографией великих спортсменов, спортивными событиями и достижениями. Исследователь А.А.Ильи отмечает, что изучение подобного рода материала позволяет не только получить знания в рамках предмета физической культуры, но и улучшает целостную картину мира, способствует развитию эстетического отношения к спорту как искусству, воспитывает чувство патриотизма у молодого поколения. [3]

В настоящее время в нашей жизни большую роль играет присутствие гаджетов. Сегодня практически все старшеклассники оснащены современными смартфонами, которые позволяют устанавливать тематические приложения. При помощи них можно подсчитывать калории, проводить мониторинг режима сна, считать пульс, измерять шаги, вести учет питьевого режима, приема витаминов, отслеживать соотношение времени отдыха и физической нагрузки. Помимо перечисленного приложения включают в себя различные вариации разработанных тренировок с широким набором упражнений. Такие упражнения студенты смогут выполнять не только на уроках, но и самостоятельно в домашних условиях.

На наш взгляд, при использовании таких технологий основной задачей преподавателя является правильный подбор приложений и корректировка выбранных тренировок с учетом индивидуальных особенностей обучающихся.

Помимо приложений учащиеся используют современные умные «самарт-часы», которые являются отличной альтернативной шагомеру, пульсометру, пульсоксиметру.

Разработанные компьютерные программы позволяют визуализировать теоретический материал в формате презентаций. Наглядное сопровождение теоретического материала делает учебный процесс более эффективным. С помощью презентационного сопровождения можно объяснять правила спортивных игр, действия игроков, исторические события, биографии, таблицы спортивных показателей – все это способствует закреплению пройденного материала в памяти.

Таким образом, правильное применение новейших ИКТ-технологий способствует формированию у обучающихся устойчивого интереса к физической культуре, влияет на качество полученных знаний, побуждает мотивацию к посещению уроков физической культуры и занятию спортом.

Проведенное исследование в области рассматриваемой темы позволило сделать вывод, что сегодня в основе преподавания физической культуры лежит не погоня за результатом, а упорный труд преподавателей, нацеленный на укрепление здоровья учащихся, формирование здорового образа жизни, мотивации к спортивному вовлечению. Рассмотренные инновационные подходы позволяют разнообразить, дополнить, оснастить традиционные уроки, сделать их более интересными для современного поколения.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:**

1. Васильева В.Р., Коробейникова Е.И. Применение инновационных технологий на уроках физической культуры // Наука-2020. 2021. №6(51). С. 131-135.
2. Зайцева А.Р. Плетцер С.В., Серженко Е.В. Новые инновационные технологии в физическом воспитании // Наука-2020. 2022. №3(57). С. 148-153.
3. Ильин А.А.Формы и способы мотивации студентов к занятиям физической культуры // Вестник Томского государственного университета. 2012. № 360. С. 143-147.
4. Педагогический словарь / общ.ред. и сост. Загвязинский В.И., Закирова А.Ф., Строкова Т. А. М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 352 с.
5. Стукаленко Н.М., Просандеева И.А., Лепешев Д.В. Здоровьесберегающие технологии в образовательном пространстве // Наука и реальность. 2023. № 1(13). С.121-123.
6. Экспериментальная и инновационная деятельность в сфере образования [Электронный ресурс]. URL: <https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/a9a28ae49b86df0327132598d1e9b42bffda4ab6/> (дата обращения: 06.11.2024).