**Современные образовательные технологии**

**на уроках физической культуры начальной школы.**

Подготовил учитель физической культуры

МКОУ СОШ п. Рудничный

Казанцева Е.А

2024г

В условиях современности особо остро стоит вопрос улучшения и повышения качества здоровья подрастающего поколения. Одним из приоритетных направлений социальной политики Российской Федерации является развитие физической культуры, где важное место занимает *использование современных инновационных технологий.*

 В наше время вопрос физического воспитания и здоровья молодого поколения стоит особо остро. Неблагоприятные экологические условия, рост врожденных патологий и заболеваемостей - все это влияет на будущее детей и их здоровье. За последнее время наблюдается активное снижение показателей здоровья, физического развития и двигательной подготовленности детей. И связано оно, как правило, с ухудшением социально-экономических и экологических условий жизни, неправильным питанием, понижением двигательной активности, упадком оздоровительной и воспитательной работы в образовательных учреждениях.

 Сохранение здоровья детей и его укрепление являются предметом заботы взрослых. Занятия физкультурой и спортом в начальной школе можно смело назвать отправной точкой в формировании здоровой психической и физической личности ребенка.

 Физическое воспитание младших школьников постоянно развивается и обогащается новыми знаниями, получаемыми путем исследований, которые затрагивают многообразные стороны физического воспитания ребенка и особенности формирования его двигательных навыков.

 Главными задачами физического воспитания детей данной категории являются:

- охрана жизни и укрепления здоровья;

- закаливание детского организма;

- укрепление опорно-двигательного аппарата;

- формирование правильной осанки;

- развитие всех групп мышц;

- укрепление дыхательной системы;

- развитие подвижности грудной клетки;

- способствование правильному функционированию внутренних органов, уравновешенности процессов возбуждения и торможения, их подвижности;

- совершенствование двигательного анализатора органов чувств (зрения, слух и др.);

- способствование усилению кровотока.

- воспитание физических способностей (координационных, скоростных и выносливости).

 Младшим школьникам важно говорить о важности физического воспитания. Дети должны знать, что занятия спортом являются полезными и много значат для укрепления общего здоровья человека. Также очень важно прививать любовь к занятиям физической культурой. В этом вопросе важную роль играет момент заинтересованности ребенка. Просто заставлять ребенка делать упражнения или сдавать нормативы не является правильным решением. Не стоит забывать и о том, что физическое воспитание помогает не только развивать мышцы и формировать общее здоровье ребенка, а еще и помогает воспитывать ребенка умственно и эмоционально. Физические упражнения помогают воспитывать внимание, концентрированность и устойчивость.

Современные уроки физкультуры должны быть интересными, увлекающими и стимулирующими интерес к здоровому способу жизни. Согласитесь, что ученикам гораздо интересней будет выполнять какие- либо фитнесс- упражнения под ритмичную музыку, чем делать нудные приседания на оценку.

Подход к физическому воспитанию и спорту сегодня должен быть инновационным. Тем более, что результаты экспериментов по внедрению современных элементов на уроках физкультуры, показывают положительную динамику.

 Наиболее интересными современными образовательными технологиями на уроках физкультуры в начальной школе являются:

* технология здоровьесбережения,
* игровая технология,
* технология уровневой дифференциации.
* технология личностно-ориентированного обучения.

 Все перечисленные технологии можно объединить единой целью – всестороннее эмоционально-физическое развитие младшего школьника.

 ***Здоровьесберегающие*** образовательные технологии являются самыми значимыми из всех технологий по степени влияния на здоровье учащихся, так как основаны на возрастных особенностях познавательной деятельности детей, оптимальном сочетании двигательных и статических нагрузок, обучении в малых группах, использовании наглядности и сочетании различных форм предоставления информации.

Педагогическая технология здоровьесбережения в педагогической деятельности включает в себя: знакомство с результатами медицинских осмотров детей; их учёт в учебно-воспитательной работе; помощь родителям в построении здоровой жизнедеятельности учащихся и семьи в целом; создание условий для заинтересованного отношения к учёбе. Одним из главных направлений здоровьесбережения считается создание здорового психологического климата на уроках. Так, ситуация успеха способствует формированию положительной мотивации к процессу обучения в целом, тем самым снижая эмоциональную напряженность, улучшая комфортность взаимоотношений всех участников образовательного процесса.

* На своих уроках уделяю внимание организации здоровьесберегающих факторов. Контрольные испытания, задания, тестирование дают исходную (и текущую) информацию для разработки индивидуальных заданий, суть которых – учащийся должен в каждый очередной период времени продвинуться дальше, что и подтвердит следующее тестирование.

 Принципиально важно, чтобы при этом учащийся не сравнивался с другими, а сравнивался с самим собой: я сегодня стал лучше, чем вчера, а завтра постараюсь стать лучше, чем сегодня. Для этого задания делаю реальными и стимулирую учащихся к активной работе. Большое значение имеет **и эмоциональный климат** на уроке: «хороший смех дарит здоровье», эмоциональная мотивация в начале урока, создание ситуации успеха. И, конечно же, при выборе форм, содержания и методов работы учитывается возраст, пол учащихся, состояние здоровья, уровень их развития и подготовленности. На уроках обеспечиваем необходимые условия в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами.

***Игровая технология.*** Практика показывает, что применение игровых технологий с учетом возрастных особенностей не теряет актуальности. Каждому возрасту соответствует свой набор игр, хотя бывают и исключения. Игровая технология является уникальной формой обучения, которая позволяет сделать обычный урок интересным и увлекательным.

Ценность игровой деятельности заключается в том, что она учитывает психолого-педагогическую природу ребенка, отвечает его потребностям и интересам.

Игровая деятельность на уроках в младшей школе дает возможность повысить у обучающихся интерес к учебным занятиям. Позволяет усвоить большее количество информации, основанной на примерах конкретной деятельности, моделируемой в игре, помогает ребятам в процессе игры научиться принимать ответственные решения в сложных ситуациях.

Подвижные игры, это прекрасная база по развитию двигательных способностей и умений. В разделе программы «Легкая атлетика» используются подвижные игры, направленные на закрепление и совершенствование навыков бега, прыжков и метаний, на развитие скоростных, скоростно-силовых способностей, способностей ориентирования в пространстве и т.п.

В разделе программы «Спортивные игры» - игры и эстафеты на овладение тактико-техническими навыками изучаемых спортивных игр.

В силу особенностей детей не всякую игру можно использовать, необходимо учитывать уровень трудности игры и сложность ее во взаимодействии игроков. Игра будет интересна, если доступна и понятна.

Для этого можно использовать различные варианты одной игры, которые предусматривают сохранение ее правил и умений детей с учетом их возраста и индивидуальных особенностей. Для того, чтобы игра приносила пользу, необходимо продумывать ее до мелочей. Строго соблюдать правила игры, технику безопасности, как для играющих, так и для наблюдающих за игрой.

***Использование информационных компьютерных технологий (ИКТ***) во внеурочной деятельности и на уроках делает предмет физическая культура современным. Составными частями ИКТ являются электронный, программный и информационный компоненты, совместное функционирование которых позволяет решать задачи, поставляемые развитием общества.

Не смотря на то, что урок физкультуры - это практика, здесь есть место и теории. Учителю необходимо находить и использовать такие методы обучения, которые позволили бы каждому ученику проявить свою активность, свое творчество, активизировать двигательную и познавательную деятельность. Современные педагогические технологии, а так же использование Интернет – ресурсов, новых информационных технологий, дают возможность педагогу достичь максимальных результатов.

ИКТ позволяют организовать учебный процесс на новом, более высоком уровне, обеспечивать более полное усвоение учебного материала. Информационно коммуникативные технологии позволяют решить проблему поиска и хранения информации, планирования, контроля и управления занятиями физической культурой, диагностики состояния здоровья и уровня физической подготовленности занимающихся.

Использование **презентаций** на уроках позволяет более подробно и наглядно предоставлять теоретический материал, что делает процесс образования наиболее эффективным. Этот вид работы может быть использован при изучении техники выполнения разучиваемых движений, так как с помощью наглядной картинки данное движение можно разбивать не только на этапы выполнения, но и более короткие фрагменты и создать правильное представление обучающихся о технике двигательных действий. С помощью презентации также можно доступно объяснить правила спортивных игр, тактические действия игроков, красочно преподнести исторические события, биографии спортсменов. Наличие визуального ряда информации позволяет закрепить в памяти.

Создание флеш-презентаций **и видеороликов с комплексами** общеразвивающих упражнений (ОРУ) могут стать помощниками учителю. Такой материал может быть использован также учителями – предметниками при проведении утренней зарядки.

**Одним из видов домашнего задания** может быть создание презентации по темам «Здоровый образ жизни и я», «Способы закаливания», «Вредные привычки» «Гимнастика» и т.д. Ребята могут выполнять такие задания как самостоятельно, так и в группах, что позволяет переходить им к выполнению проектов (проектная работа «Влияние двигательной активности на здоровье школьника»), проявляя свое творчество.

На уроках также возможно проведение **тестирования** с целью проверки и закреплении знаний учащихся. Применение тестирующих программ (Генератор тестов) позволяет включать неограниченно большое количество разделов и вопросов, что позволяет варьировать тесты под непосредственные нужды и конкретных участников тестирования.

Во внеурочной работе также можно использовать ИКТ: представление команд, оформление соревнований, описание конкурсов и т.д.

Электронные образовательные ресурсы также позволяют обучающимся дома более подробно познакомиться с изученной темой на уроке, найти необходимые упражнения для совершенствования своих физических качеств и пополнить багаж своих знаний в области физической культуры и здорового образа жизни.

***Технология уровневой дифференциации.***С помощью применения технологии уровневой дифференциации в обучении на уроках физкультуры можно укрепить здоровье и развивать двигательную активность обучающихся. Основные результаты занятий – профилактика заболеваемости у детей, а также повышение интереса к занятиям физическими упражнениями, возможность каждому реализоваться, добиваться успеха. Данный вид технологии может быть применен по следующим направлениям:

- задание с учетом уровня подготовки, развития, особенности мышления и познавательного интереса к предмету;

- учет не только достигнутого результата, но и динамики изменений физической подготовленности обучаемого;

- распределение обучающихся на группы с учетом состояния здоровья;

- для обучающихся, освобожденных от занятий по состоянию здоровья, разработаны темы рефератов, либо они привлекаются к судейству, оценке работы одноклассников на уроке;

- привлечение обучающихся на дополнительные занятия различными видами спорта и внутришкольные соревнования;

- участие одаренных детей в соревнованиях различных уровней.

***Технология личностно-ориентированного обучения.*** Технология личностно-ориентированного обучения предполагает развитие личностных (социально-значимых) качеств учащихся посредством учебных предметов. Современный урок физической культуры и повышение его эффективности невозможно без разработки вопроса личностно-ориентированного обучения.

 В начале учебного года выявить уровень физической подготовленности с помощью тестов и состояние здоровья обучающихся (по данным медицинских карт). Личностно- ориентированный и дифференцированный подходы важны для обучающихся, как с низкими, так и с высокими результатами в области физической культуры. Низкий уровень развития двигательных качеств часто бывает одной из главных причин неуспеваемости учеников по физической культуре, а учащимся с высоким уровнем не интересно на уроках, рассчитанным на среднего ученика.

Помимо деления обучающихся на основную и подготовительную группы, почти в каждом классе условно можно разделить детей еще на несколько групп (категорий):

- совершенно здоровые дети, но не желающие трудиться;

- дети, временно перешедшие в подготовительную группу из-за болезни;

- плохо физически развитые дети, которые боятся насмешек, замыкаются;

- хорошо физически развитые дети, которые могут потерять желание заниматься на уроках, если им будет очень легко и неинтересно.

Поэтому и необходимо дифференцирование и задач, и содержания, и темпа освоения программного материала, и оценки достижений.

**Дифференцированное выставление отметки по физической и технической подготовленности учащихся.** При оценке физической подготовленности учащихся учитывается как максимальный результат, так и прирост их результата. Причем индивидуальные достижения (т.е. прирост результатов) имеют приоритетное значение.

При выставлении отметки по физической культуре учитываются и теоретические знания, и техника выполнения двигательного действия, и прилежание, и умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность. В работе обязательно применяются методы

поощрения, словесные одобрения.

Одних детей надо убеждать в собственных возможностях, успокоить, подбодрить; других – сдержать от излишнего рвения; третьих – заинтересовать. Все это формирует у школьников положительное отношение к исполнению заданий, создает основу для общественной активности. Все отметки обязательно аргументируются.

Временно освобожденные дети и обучающиеся, отнесенные по состоянию здоровья к специальной медицинской группе должны присутствовать на уроках: помогать в подготовке инвентаря, судействе.

В играх им интересны посильные роли, в эстафетах их можно назначить капитанами команд для организации детей и помощи с дисциплиной, они могут принять участие в допустимых заданиях, знакомятся на уроках с теоретическими сведениями, с техникой выполнения некоторых двигательных действий, не требующих больших энергетических затрат.

**Вывод:**

Физическая культура – важный предмет в школьной программе, вот только интерес к нему у школьников был низким очень долгое время. Современный мир и новые технологии, в том числе и образовательные, привели к тому, что изменились подходы к самой физической культуре и физическому развитию. В этом важную роль играет общество, в том числе и родители самих детей, которые часто своим примером показывают необходимость вести здоровый образ жизни, заниматься спортом. Ведь если ребенок слышит, что мама регулярно посещает спортивный зал или бегает по утрам и выглядит при этом хорошо – есть большая вероятность того, что и дочь, рано или поздно станет делать это вместе с ней. А если так, то и уроки физкультуры перестанут быть для нее скучными и неинтересными.

В добавок к домашнему примеру, если учитель физкультуры будет стараться разнообразить уроки и делать их интересными, то мы сможем увидеть, что отношение школьников к физкультуре станет крайне положительным. А это уже приведет к тому, что подрастающее поколение будет более здоровым и сильным, как в физическом плане, так и в эмоциональном.

Спасибо за внимание!