

## ПРОВЕДЕНИЕ УРОКОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

*А.В. Нечаев*

Государственный социально-гуманитарный университет,

*Е.А. Нечаева*

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 14»,

г. Коломна, Российская Федерация

e-mail: nechaev27@mail.ru

**Актуальность.** В последние годы в России сложилась критическая ситуация с состоянием здоровья школьников. Уроки физической культуры компенсируют лишь 18% необходимого суточного объема движений. Современные дети вместо игр на свежем воздухе выбирают домашний уют наедине с компьютером. В результате двигательная активность детей постепенно снижается. За время обучения в школе число здоровых детей уменьшается в 3–4 раза.

Следствием такого положения является низкий уровень положительной мотивации учащихся к занятиям физическими упражнениями. В течение последних лет проведено немало исследований, посвященных изучению совершенствование содержания физического воспитания [1,4]. Одной из таких проблем специалисты считают снижение интереса к традиционным урокам физической культуры. Также обращается особое внимание на осуществление компьютеризации учебных заведений, внедрение информационных технологий, внедрение новых экономических и управленческих механизмов развития образования.

Именно поэтому исследование проблемы применения инновационных технологий при проведении урока физической культуры в школе является очень актуальным сегодня.

**Цель исследования** – заключается в теоретическом обосновании и экспериментальной проверке педагогических условий применения инновационных технологий при проведении урока физической культуры в школе, направленные на творческое развитие личности, пропаганду физической культуры и спорта, здорового образа жизни.

**Материалы и методы.** В процессе выполнения научной работы использовались следующие методы: теоретические – обоснование теоретико-методологической и учебно-методической литературы для сопоставления различных взглядов на исследуемую проблему.

**Результаты и их обсуждение.** Общеизвестно, что носителем педагогической инновации выступают творческие, энергичные специалисты, которые способны к проведению инновационных изменений, овладение и реализации нового. Следовательно, инновацию можно рассматривать как процесс и как результат. Как процесс инновация означает изменение состояния любой системы и соответствующую деятельность человека. Как результат она предусматривает создание нового, что имеет название «инновация». Анализ взглядов ученых позволил выяснить, что они понимают инновационную деятельность как высший уровень педагогического творчества, как деятельность по разработке и реализации образовательных программ, как системный вид деятельности, как процесс внесения новых элементов в традиционную систему [2, 3].

Инновационная деятельность учителя направлена на преобразование существующих форм и методов воспитания, создание новых целей и средств ее

реализации, поэтому она является одним из видов продуктивной, творческой деятельности людей. Инновационный педагогический процесс – целостный учебно-воспитательный процесс, что отражает единство и взаимосвязь воспитания и обучения, который характеризует совместную деятельность сотрудничеством и совместным творчеством этих субъектов, способствуя наиболее полному развитию и самореализации личности ученика [1].

По данным некоторых специалистов [2, 3, 4] определены следующие приоритетные направления учебной деятельности: интерактивные методы обучения; межпредметные связи; самостоятельная работа учащихся на уроке; положительное влияние учителя и родителей в обучении школьников, использование методов самоконтроля и самокоррекции. Они предлагают применять интерактивные методы обучения и различные формы проведения учебных и внеучебных занятий. Термин «интерактив» происходит от английского слова «interakt», где «inter» – взаимный и «act» – действовать. Интерактивное обучение – это специальная форма организации познавательной деятельности, которая должна создать комфортные условия обучения, при которых каждый учащийся чувствует свою успешность, интеллектуальную состоятельность. Имея много общего с активными методами обучения, интерактивные отличаются многосторонним типом коммуникации. Они отличаются усиленным педагогическим взаимодействием, взаимовлиянием участников педагогического процесса через призму собственной индивидуальности, личного опыта. Ключевым в этом случае является взаимодействие, для которой характерны: одновременное присутствие в едином времени и пространстве; наличие общей цели, ожидаемого результата деятельности; планирование, контроль, коррекция и координация действий. Реализация педагогом интерактивных методов обучения направлена на изменение, совершенствование моделей поведения и деятельности студентов в рамках учебно-воспитательного процесса.

Одним из эффективных приемов воспитания у школьников активности на уроках физической культуры мы считаем применение образной гимнастике, которая базируется на выполнении имитационных и образных упражнений, объединенных общим захватывающим сюжетом. Такие средства наиболее полно соответствуют особенностям психики младших школьников, их склонности к подражанию, копированию действий человека и животных. Учащиеся с удовольствием занимаются избранными упражнениями. Можно назвать их веселыми упражнениями. Выполняя их, ученики проговаривают стихи. На уроках, необходимо заинтересовать учащихся наряду с общеразвивающими упражнениями, планировать такие упражнения, которые непосредственно корректируют позвоночник и влияют на формирование правильной осанки. Такими упражнениями, на наш взгляд, являются упражнения индийской системы “Хатха – йога”. Выполняя отдельные упражнения, которые сравниваются со зверями и их позами, особенно у младших школьников вызывает большое удовольствие и повышение эмоционального состояния. Эти упражнения не только позволяют лучше развить гибкость ученика, но и способствуют развитию органов дыхания. Правильное дыхание имеет большое значение для роста и развития организма ученика, для его здоровья и трудоспособности.

В жизни учащихся двигательная активность должна быть главным фактором улучшения физического развития. Она создает необходимые условия для роста и развития организма. Поскольку традиционные уроки физической культуры не могут удовлетворить потребность учащихся в двигательной активности, много учителей физической культуры прибегают к дополнению базовой программы, а иногда и к изменениям, в рамках 10% времени занятий, что разрешено ныне действующей программой. Учителя пытаются построить на уроке учебный процесс так, чтобы учащиеся сделали свой выбор в пользу физической культуры. Большинство из них дополняет программу упражнениями оздоровительной направленности, а именно

упражнениями шейпинга, ритмической гимнастики, степ-аэробики, стретчинга, йоги, игровыми видами (баскетбол, футбол), тем самым повышая интерес к урокам и популяризацию новейших физкультурно-оздоровительных видов занятий, которые являются массовыми в молодежной среде. Видоизмененные занятия помогают повысить общий уровень двигательной активности учащихся, усовершенствовать функциональную деятельность организма, обеспечить правильное физическое развитие, ведь именно это важно для подростков.

Одним из инновационных методов на уроках физической культуры, которые удачно используют учителя физической культуры, стал метод аутогенной тренировки. Такое проведение заключительной части урока нравится детям, вносит разнообразие, а главное – способствует достижению его основной цели – снижению нагрузки, восстановлению организма. Также мы рекомендуем использовать упражнения «Минутка», «Тучки», «Послушай» и другие.

Еще одним инновационным средством двигательной активности, что вызывает интерес, является роуп-скиппинг – представляющий традиционные прыжки на скакалке, сложные комбинации прыжков, танцевальных элементов с одной или двумя скакалками, акробатических элементов, которые выполняются индивидуально или в группах.

С появлением компьютеров, которые могут представить не только текстовую информацию, но и компьютерную графику, анимацию, широкий спектр аудио и видеоинформации, можно внедрять и использовать компьютерную технику в учебном процессе по предмету «Основы здоровья и физическая культура».

**Заключение.** Таким образом, системно организованная инновационная деятельность с использованием нетрадиционных форм и методов физического воспитания и различных технологий обеспечивает эффективное формирование у школьников положительной мотивации к здоровому образу жизни и занятиям физическими упражнениями.

#### Использованная литература

1. Аникин А.А., Аникина Т.С. Использование элементов футбола в подвижных играх для воспитания физических качеств у младших школьников // Ежеквартальный научно-практический журнал «Современные здоровые берегающие технологии» Орехово-Зуево: ГГТУ. – № 4. – 2018. – С. 18–23.
2. Кабанов Ю.М., Трущенко В.В., Колошкина В.А., Дударева И.М. Подвижные игры народов мира / Методические рекомендации. – Витебск, изд-во ВГУ имени П.М.Машерова. – 2019. – 40 с.
3. Колошкина В.А., Дударева И.М. Нетрадиционные методы улучшения функционального состояния организма студенческой молодежи / Материалы Международной научно-практической конференции «II Европейские игры – 2019: психолого-педагогические и медико-биологические аспекты подготовки спортсменов». – Минск, БГУФК, 2019. – Т. 3. – С. 114–117.
4. Нечаев, А.В. Дополнительные занятия подростков физическими упражнениями // Физическая культура в школе. – 2014. – № 4. – С. 54–56.

## ИЗ ОПЫТА ПРИМЕНЕНИЯ ИНТЕРАКТИВНЫХ МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ ПРИ ПОДГОТОВКЕ КИНЕТОТЕРАПЕВТОВ

*А.Н. Погорлецки, Н.В. Чеботару*

Государственный университет физического воспитания и спорта,  
г. Кишинэу, Республика Молдова  
e-mail: vallarann@mail.ru

**Актуальность исследования.** Реализация компетентностного подхода является одним из важнейших направлений преобразования сферы высшего образования. Ориентация на новые цели образования – компетенции – требует не только изменения содержания изучаемых предметов, но и методов и форм организации образовательного