Бидерман Михаил Геннадьевич,

учитель физической культуры первой квалификационной категории,

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение

общеобразовательная школа № 311 с углубленным изучением физики

Фрунзенского района Санкт-Петербурга

**Использование современных педагогических технологий в образовательном процессе на уроках физической культуры**

*В статье представлено описание опыта применения современных педагогических технологий на уроках физической культуры. Рассмотрены различные виды деятельности учителя, направленные на развитие двигательных качеств обучающихся с учетом их физических и психологических особенностей.*

Идя на смену отцам и матерям, на помощь старшим братьям и сестрам в их великом труде, молодежь должна неутомимо вооружаться знаниями.

[М. Горький](http://xn----itbcbkbuedi0cs5c6cc.xn--p1ai/%D1%86%D0%B8%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8B/%D0%BF%D0%BE%20%D0%B0%D0%B2%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%B0%D0%BC/%D0%9C.%20%D0%93%D0%BE%D1%80%D1%8C%D0%BA%D0%B8%D0%B9.html)

ФГОС общего образования выдвигает новые требования к результатам, к структуре, к условиям реализации основной образовательной программы, обосновывая это необходимостью качественных изменений. Результатом реализации образовательной деятельности станет:

* готовность обучающегося к перманентному саморазвитию и образованию;
* проектирование и конструирование социальной среды развития обучающегося;
* активную учебно-познавательную деятельность обучающегося;
* индивидуализацию образования.

Каждое занятие строится по определенной схеме. Можно выделить следующие этапы урока:

* мотивация к учебной деятельности;
* актуализация знаний;
* выявление места и причин затруднения;
* построение проекта и решение проблемы;
* реализация сформированной модели;
* первичное закрепление с проговариванием вслух;
* самостоятельная работа с самоконтролем;
* включение в систему знаний и повторений;
* рефлексия учебной деятельности на занятии.

На сегодняшний день существует достаточно большое количество педагогических технологий как традиционных, так и инновационных. Нельзя сказать, что какая-то из них лучше, а другая хуже, или для достижения положительных результатов надо использовать только эту и никакую больше. В своей работе я действую по следующему алгоритму. Материал изучается от простого к сложному. На начальном этапе я формирую представление о каком-либо двигательном действии. Осуществляю переход к формированию простейших двигательных умений. Затем следует обучение двигательным навыкам. На последнем этапе идет переход от овладения двигательным навыком к умению высшего порядка.

Для достижения итогового результата, а также повышения уровня заинтересованности у обучающихся, я использую различные технологии. В век цифровизации многие из них уже перестали быть инновационными, такие как: ИКТ, но тем не менее, выбор все равно остается достаточно обширным. Безусловно, использование той или иной технологии во многом зависит от многих факторов: физическое развитие, возрастные особенности, гендерная принадлежность, уровень сознательности и активности, психологическая устойчивость. Работая в первых классах, я замечаю, что эра интерактивных технологий оказывает огромное влияние на новое поколение обучающихся. некоторые с трудом осуществляют переход от дошкольных учреждений к начальному общему образованию. Это проявляется прежде всего в том, что понижается физическая активность, обучающиеся хуже взаимодействуют в парах и группах, падает уровень концентрации и сознательности. Из-за недостаточного физического развития, а так же уровня координации, многие начинают сталкиваться с проблемами при освоении простейших двигательных умений, поэтому уже в начальных классах у некоторых угасает интерес к предмету – физическая культура

Для вариативности в учебном процессе я использую следующие образовательные технологии.

**Игровые технологии.**

Ученые находят, что игра развивает так называемую внутреннюю речь и логику. Ведь игроку приходиться выбирать и совершать из множества возможных операций одну, наиболее, по его мнению, целесообразную. Все это очень важно для развития личности. Поэтому использую в преподавании игровую технологию, которую сочетаю с технологией успеха. Их сочетание повышает эмоциональность урока, что благотворно влияет на развитие и здоровье обучающихся. Постоянен интерес человека к игровой деятельности. Этот вид физической активности восстанавливает физические и духовные силы. Дух соревнования - непременный спутник игры. Взаимодействие, желание помериться силами, сопереживание рождают азарт и увлеченность. Положительное отношение школьников к уроку физической культуры невозможно без радостных переживаний на занятиях, возникающих неоднократно. Позитивный эмоциональный настрой, чувство радости у обучающихся - один из критериев успешного урока.

Помимо этого, многим известно, что игра – лучший способ для овладения двигательным действием.

**Технология критического мышления.**

Организация урока по методике развития критического мышления через исследовательскую деятельность отличается от уроков в традиционном обучении. Ученики не работают пассивно, слушая учителя, а становятся главными действующими лицами урока. Они думают, делятся рассуждениями друг с другом, обсуждают услышанное. Основой организации учебного процесса является работа учащихся в динамических парах и группах.

Моей целью в обучении учащихся предмету физической культуры - является не только физическое развитие самого учащегося, но и приобретение ими знаний, умение пользоваться ими.

**Здоровьесберегающая технология.**

При планировании и проведении урока я опираюсь на основные современные требования к уроку физической культуры с комплексом здоровьесберегающих технологий:

* рациональная плотность урока;
* включение в занятие вопросов, связанных со здоровьем учащихся, способствующих формированию у обучающихся ценностей здорового образа жизни и потребностей в нем;
* оптимальное сочетание различных видов деятельности;
* выбор методов и приёмов обучения, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения учащихся;
* формирование внешней и внутренней мотивации деятельности учащихся;
* осуществление индивидуального подхода к обучающимся с учетом личностных возможностей;
* создание благоприятного психологического климата, ситуации успеха и эмоциональной разрядки;
* включение в урок приемов и методов, способствующих самопознанию возможностей своего организма, развитию навыков самооценки уровня своего физического развития;
* целенаправленная рефлексия своей деятельности в течение всего урока и в итоговой его части.

**Технологии дифференцированного обучения.**

Важнейшее требование современного урока – обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к обучающимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств.

Обучение двигательным действиям предусматривает возможность выбора операций для решения тех или иных двигательных задач. Во время урока я имею возможность разделить обучающихся на различные группы в зависимости от уровня освоения двигательного действия. В этом случае каждый обучаемый может освоить двигательное действие в предпочтительном для себя составе операций, что станет основой для формирования его индивидуального, самого эффективного стиля деятельности. Так, например, при закреплении учебного материала дети условно делятся на группы в зависимости от подготовленности. Одной группе предлагаются подготовительные или подводящие упражнения в облегченных условиях, другой – усложненные подводящие упражнения, третей – действие в целом, но в облегченном варианте и т.д. Обучающиеся сильных групп, внутри класса, осваивают учебный материал в среднем на два урока быстрее средних и слабых учеников, поэтому обучение двигательному действию заканчивается для них выполнением изучаемого упражнения в соревновательных условиях, а учащиеся  слабых и средних групп продолжают выполнять упражнение по частям или многократно повторяют его в стандартных условиях.

**Информационно-коммуникационные технологии.**

Применение информационно-коммуникационных технологий на уроке физической культуры позволяет решать одну из важных задач обучения — повысить уровень знаний учеников.  Уроки позволяют разрядить высокую эмоциональную напряженность и оживить учебный процесс, повысить мотивацию обучения.

Методически оправданное использование компьютерных технологий в сочетании с традиционными формами организации учебной деятельности позволяет развивать познавательные навыки исследовательской деятельности, творческие способности учащихся, создает благоприятный психологический климат на уроках, формирует у школьников умение работать с информацией, развивать коммуникативные способности.

**Технология проблемного обучения.**

Одна из важнейших технологий, применяемых мною во время урока. К сожалению, в наше время многие дети не имеют возможности заниматься физической культурой наравне со всеми, т.к. имеют проблемы со здоровьем. Технология проблемного обучения позволяет обучающимся, освобожденным от урока, участвовать в его проведении наравне со всеми.

Наша школа полностью укомплектована учебниками по физической культуре с 1 по 11 классы. Обучающиеся, которые не имеют возможности заниматься, могут во время урока ознакомиться с теоретическим материалом, читая учебник во время занятия или, получив индивидуальное задание на дом, принять участие в любой части урока в качестве помощника учителя.

**Примеры использования на уроках проблемных вопросов и ситуаций.**

Проблемные вопросы должны быть не должны быть сложными для обучающихся, я предлагаю им тот алгоритм действия, который является наиболее подходящим для учащихся, для самостоятельного нахождения ответа. Примерами могут служить задания:

самостоятельно выбрать способ броска баскетбольного мяча, дистанцию для совершения броска, найти плюсы и минусы выбранного двигательного действия;

применять различные навыки в нестандартных условиях, в повседневной жизни;

влияние общеразвивающих упражнений на функциональное состояние организма.

Задания поискового характера всегда связаны с постановкой проблемы. Осознание проблемы зависит от уровня знаний учащихся, его интересов и подготовленности. Начинается поиск решения. Важно отслеживать промежуточные результаты, чтобы обучающийся не пошел «по ложному пути».

Проблемная ситуация заключается в противоречии между знаниями обучающихся и тем, как обстоит ситуация на самом деле.

Примером приведения проблемной ситуации могу привести случай на занятиях по легкой атлетике в начале учебного года при сдаче контрольного норматива по бегу   
на 500 м. Пробежав по дистанции, большинство класса обнаружило, что результат бега достаточно низкий, многие обучающие сообщили, что на каком-то этапе у них образовалась сильная усталость, в связи с чем скорость упала.

Поговорив с классом, я обратил внимание на тот факт, что огромное влияние на состояние организма оказывает правильное дыхание. Задачей было - объяснить обучающимся, что вдох нужно делать носом, а выдох – ртом, хотя дышать ртом и удобнее, но за счет постоянного прямого поступления воздуха в дыхательные пути, через ротовую полость, горло пересыхает, что затрудняет процесс проглатывания слюны, затем может появится кашель, дыхание сбивается, а затем происходит остановка, так как возможности снабжения организма кислородом падают.

На следующем уроке многие обучающиеся, прислушавшись к совету, пробежали гораздо лучше, отметив лучшее самочувствие по окончании бега, хотя и признались, что в начале забега из-за использования правильного дыхания испытывали трудности.

В заключение хотелось бы отметить, что всестороннее использование данных технологий помогает наладить рабочий контакт с обучающимися, делает урок проще как для детей, так и для педагога, потому как во время урока у учителя появляются помощники, что улучшает контакт и взаимопонимание между учителем и обучающимся, а таким образом становится гораздо проще двигаться к назначенной цели.

**Список источников:**

1. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс] Режим доступа: [www.bmsi.ru](http://www.bmsi.ru)
2. Бухаркина М.Ю., Полат Е.С. Современные педагогические и информационные технологии в системе образования: Учебное пособие. — М.: Академия, 2010. — 368 с.
3. Николаев Ю. М. Содержание и виды физкультурно-спортивной деятельности Учебное пособие. — СПБГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2007. — 96 с.
4. Теория и методика физического воспитания: учебное пособие для студентов факультетов физического воспитания педагогических институтов / Под ред. Б.А. Ашмарина. - М., Физкультура и спорт,2003. - 360 с.
5. **Федеральные государственные образовательные стандарты (ФГОС)** Режим доступа: <https://fgos.ru/>
6. Сайт «А. Я. Психология» [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://azps.ru/articles/vnimanie.html/>
7. Сайт ООО «Инфоурок» [Электронный ресурс] Режим доступа: <https://infourok.ru/>