**ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**Блёх Ян Андреевич**

Института педагогики, психологии и инклюзивного образования

Гуманитарно-педагогической академии (филиал) ФГАОУ ВО «КФУ им. В.И. Вернадского»

3 курс, направление подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование с двумя профилями подготовки», направленность «Физическая культура и Безопасность жизнедеятельности»

 Как правило, инновации возникают в результате попыток решить традиционную проблему новым способом, в результате длительного процесса накопления и осмысления фактов, когда и рождается новое качество, несущее новаторский смысл. Поэтому педагоги в своей практике часто внедряют нетрадиционные, специфические технологии. О них мы сейчас и поговорим.

**Оздоровительные дыхательные технологии (дыхательная гимнастика А.Н.Стрельниковой).** Сегодня значительно увеличилось число школьников, страдающими разными отклонениями состояния здоровья. Немало детей отстаёт в физическом и умственном развитии, часто заболевает инфекционно-вирусными заболеваниями и пр. Часто болеют — сталкиваются со сложностями в своевременном усвоении знаний. Один из способов профилактики и укрепления здоровья детей — дыхательная гимнастика для школьников. А.Н.Стрельниковой

 Дыхательная гимнастика – это система упражнений, направленная на оздоровления организма.

 Для детей, особенно маленьких, на этой основе созданы специальные комплексы, состоящие из простых (а иногда и очень занятных) упражнений.

Цель проведения дыхательной гимнастики со школьниками — это, прежде всего, укрепление их здоровья.

 Значение такой гимнастики для общего физического развития велико, ведь:

-упражнения для органов дыхания помогают насытиться кислородом каждой клеточке организма ребёнка;

-упражнения учат ребятишек управлять своим дыханием, что, в свою очередь, формирует умение управлять собой;

-правильное дыхание улучшает работу головного мозга, сердца и нервной системы ребёнка, дыхательной и пищеварительной системы организма, укрепляет общее состояние здоровья;

-дыхательная гимнастика — отличная профилактика болезней органов дыхания.

 Дыхательную гимнастику полезно будет выполнять, прежде всего, школьникам, которые часто болеют простудными заболеваниями, бронхитами и бронхиальной астмой. У детей, страдающими заболеваниями органов дыхания, выполнение дыхательных упражнений значительно облегчает болезнь, сокращает её длительность и уменьшает возможность развития осложнений. В этом случае дыхательная гимнастика играет роль дополнения к традиционному лечению (медикаментозному и физиотерапевтическому).

Правильно подобранный комплекс упражнений дыхательной гимнастики поможет развитию ещё несовершенной дыхательной системы ребёнка и укрепит защитные силы его организма.

**Фитнес-технологии (танцевальные упражнения и ритмика).** Фитнес-технологии – это, прежде всего технологии, обеспечивающие результативность в занятиях фитнесом. Грамотное и целенаправленное внедрение фитнес-технологий в систему непрерывного физкультурного образования, в занятия физической культурой для оздоровления, развития и воспитания детей и подростков, является в настоящее время одной из основных и актуальных задач модернизации учебных планов, программ. Ярким моментом на уроке физкультуры являются упражнения под музыку, элементы ритмики и танцев.

 В ходе занятий под музыкальное сопровождение можно менять темп упражнений и повышать их интенсивность. Танцевально-ритмическая гимнастика, различные виды аэробики, элементы ритмики находят отражение в той или иной направленности уроков физической культуры: легкоатлетической, гимнастической, игровой и т.д., они способствуют разнообразию используемых средств в подготовительной, основной и заключительной частей урока.

 Также фитнес - технологии активно используются в различных видах физкультурно-оздоровительной работы. Как показывает практика внедрение фитнес - технологий в урок по физической культуре вызывает положительную мотивацию к уроку, большой интерес и желание заниматься у большинства из них. Таким образом, можно сделать вывод, что фитнес - технологии содействуют изменению негативного отношения к урокам физической культуры; способствуют сохранению и укреплению здоровья учащихся, являются действенным средством повышения уровня физической активности.

**Технология портфолио.** Чтобы оценить личностные результаты ученика,  нужны новые подходы и новые технологии. Одной из таких  технологий  является – Портфолио Технология портфолио направлена на формирование опыта по накоплению, систематизации и представлению учащимися результатов и достижений по предмету «Физическая культура».

 Задачи:

-определение динамики показателей физической подготовленности для создания ситуации успеха, повышения самооценки и уверенности в собственных возможностях;

-раскрытие индивидуальных способностей, развитие познавательных интересов по предмету «физическая культура»;

-приобретение навыков самооценки; укрепление взаимодействия семьи и обучающегося.

Портфолио - это незаменимый документ в работе с обучающимися. Портфолио помогает учителю выявить одаренных учащихся, вести классификацию "роста" своих учеников, а учащимся такой инструмент оценки своих успехов помогает самосовершенствоваться, самомотивироваться и классифицировать свои результаты.

**Смысловое чтение.** Смысловое чтение включает в себя умение осмысливать цели и задачи чтения, умение находить и извлекать информацию из различных текстов, умение работать с художественными, научно-популярными, официальными текстами, умение понимать и адекватно оценивать информацию из текста. Книги читают по-разному. Кто-то видит в книге глубокий смысл, кто-то считает ее пустой, кто-то – заумной, кто-то – видит все нюансы смыслов, все оттенки чувств, читает между строк, слышит музыку слов, ощущает их вкус и запах. Кто-то с первого прочтения понимает текст, а кому-то нужно его многократно объяснять. Сегодня каждому учителю предстоит осознать важность и необходимость организации деятельности по формированию смыслового чтения в образовательном процессе.

 Согласно требованиям ФГОС НОО для формирования УУД на всех без исключения уроках под руководством учителя школьники должны осваивать следующие виды смыслового чтения:

1. Ознакомительное чтение ставит перед учениками задачу найти главное в тексте, выявить, что сообщается по интересующему вопросу (о чем текст? что говорится о ...), либо охватить содержание каждой из частей текста в самом общем виде.

2. Поисковое или просмотровое чтение ставит перед детьми задачу получить основное представление и понимание текста в его общих чертах. В данном виде чтения читатель определяет, есть ли в тексте или книге конкретная информация, конкретный факт.

3. Изучающее чтение направлено на обучение школьников ставить перед собой цель чтения, направляя внимание на полезную в данный момент информацию.

4. Вдумчивое (медленное, рефлексивное, художественное) чтение как наиболее востребованный вид чтения заключается в овладении также целым комплексом умений:

-предвосхищать содержание текста по заголовку и с опорой на предыдущий опыт;

-понимать основную мысль текста, прогнозировать содержание по ходу чтения;

-анализировать изменения своего эмоционального состояние в процессе чтения.

 Для формирования таких действий можно предложить следующие задания:

**1. «Не достающий фрагмент»**

Ученику выдается схема поэтапного выполнения кувырка вперед, но в схеме не хватает одного фрагмента. Его задача дорисовать, выполнить и объяснить

**2.«Пропущенное слово»,** использование приема «Письмо с дырками» работа с деформированным текстом.

 Предлагается текст с акробатической комбинацией и пропущенными словами. Надо прочитать и дописать недостающие слова

**3. Отработка акробатических комбинаций.** Ученикам выдаются разноуровневые задания, текст описание последовательности выполнения упражнения. Ученик самостоятельно изучает информацию, перерабатывает ее, осознает и самостоятельно разучивает выбранное им акробатическое соединение. Затем демонстрирует это упражнение.

 Таким образом, проектирование учителем физической культуры учебного процесса в условиях новых требований предусматривает иные подходы не только к планированию образовательных результатов, но и к отбору содержания, методов, форм и технологий обучения. 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.

**Литература:**

1.Асмолов А.Г. Чтение в составе универсальный учебных действий / Формированиие универсальных учебных действий в основной школе: от действия к мысли. Пособие для учителя под ред. А.Г. Асмолов. – М.: Просвещение, 2010.

2.Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально- ориентированный подход. - Школа здоровья. 2000. Т. 7. №2.

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

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

5.Чайцев В.Г., Пронина Ч.В. Новые технологии ФВ школьников. Практическое пособие. - М., 2007.