***Использование образовательных технологий в образовательном процессе на уроках физической культуры.***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование образовательной технологии** | **Цели применения образовательной технологии** | **Результаты эффективного использования образовательных технологий на уроках физической культуры** |
| *Личностно-ориентированное обучение.* | Формирование и совершенствование самореализации личности. | В результате разработки авторской системы «Плюс» и внедрение в учебный процесс получила следующие результаты у старшеклассниц: повышение работоспособности - величина Индекса Гарвардского Степ Теста составила с 66,14 до 89,4. Повысилась адекватная самооценка у выпускников с 91,6% до 100%. Появилось стремление улучшать свой результат, прирост составил 20,7%. Уровень физкультурной потребности – 80 %. Развивается реалистическая и позитивная учебная самооценка у девушек. Формируется у учащихся умение общаться, обосновывать свои действия и критически оценивать их, самостоятельно ориентироваться в решении нестандартных задач. Как результат освоение способов физического, духовного и интеллектуального саморазвития, эмоциональной саморегуляции и само поддержки, представление об объективной отметке у учащихся, а следовательно нет проблем с оцениванием на уроке. |
| *Метод проектов* | Создание комфортных условий обучения, при которых ученик проявляет свою состоятельность и самостоятельность. | Умеют выбирать целевые и смысловые установки для своих действий и поступков, принимают решения. Положительно влияет на качество и успеваемость, в результате нет, не успевающих учеников. |
| *Информационно-коммуникационные технологии.* | Повышение качества образовательного процесса | Повышение уровня активности учащихся на уроках, интереса к предмету физическая культура. Поиск, анализ и сбор необходимой информации, ее преобразование, сохранение и передача. ИКТ позволяет значительно расширить и разнообразить содержание обучения на уроке. |
| *Дистанционные образовательные технологии* | Повышение качества образовательного процесса, уровня мотивации учения | Разнообразие процесса обучения: любой ученик имеет возможность принять участие в дистанционных конкурсах. Организация дистанционных конкурсов, домашних заданий, консультаций для гимназистов. Активно работают учащиеся с электронной почтой учителя, развитие навыков работы с компьютером. Проверка теоретических знаний. |
| *Игровые технологии.* | Активизация учебного процесса, развитие творческой, физической активности и познавательного интереса учащихся, развитие внимание и стимулирование умственной и спортивной деятельности. | Умеют принимать правильные решение в игровых ситуациях и прогнозировать их последствия. Соблюдают нормы общественного поведения. Умеют сотрудничать в группе и занимать позицию в дискуссиях, выражать свое собственное мнение без отрицательных эмоций. Научились прислушиваться к мнению коллектива. Активны, получают положительный заряд от занятий физической культурой и тем самым повышают интерес к урокам. Для развития физических качеств, применяю эстафеты, подвижные и спортивные игры. |
| *Технология деятельностного метода.* | Формирование целостной картины мира, адекватной современному уровню научного знания. | Учащиеся адекватно оценивают ситуацию. Умеют общаться в группе, убеждать других, вести дискуссию, отстаивать свою точку зрения, демонстрируют осознанное построение своей деятельности по достижению цели и объективное оценивание собственных результатов на уроке. |
| *Технология уровневой дифференциации.* | Повышение уровня мотивации учения, создание ситуации успеха для каждого ученика, развитие его индивидуальных качеств. | Получают задания с учетом уровня подготовки, физического развития, групп здоровья. Занимаются по индивидуальным карточкам, соблюдая при этом нагрузку. Возможен переход учащихся из слабой группы в среднюю и.т.д. Это обуславливается изменением в уровне развития ученика. Такая работа помогает организовать взаимопроверку работы друг у друга и поднимает взаимную ответственность за выполнение заданий. Даёт возможность вести учёт в обучении индивидуальных особенностей учащихся во всех его формах и методах. Ученики умеют самостоятельно заниматься физической культурой. Самостоятельно приобретают знания, что способствует развитию творческого потенциала, умения применять знания в усложненной ситуации. |
| *Метод проблемного обучения* | Понимание, зачем и как нужно выполнять то, или иное действие, выражение собственной точки зрения. | Самостоятельный поиск и исследование проблем (поиск решения), творческий подход и применение на практике. |
| *Технологии современных оздоровительных систем (Здоровьесберегающие)* | Воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению. Формирование представления о здоровье как ценности, мотивация на ведение здорового образа жизни. | Разнообразные формы уроков в старшем звене (шейпинг, элементы художественной гимнастики, аэробика и.т.д.). Ведется постоянный контроль за соответствием требованиям техники безопасности, правила личной гигиены и температурному режиму спортивной одежды и обуви учеников. Объясняю правила подбора одежды для занятий различными видами спорта. Занятия по легкой атлетике (сентябрь – октябрь и апрель – май) и по лыжной подготовке (январь – февраль).Занимаемся на свежем воздухе, что способствует закаливанию детей. В процессе урока учащиеся получают задания с учетом физического развития и физической подготовленности ученика на данном этапе. Ученики, освобожденные от занятий по состоянию здоровья, принимают активное участие в процессе урока в качестве докладчиков теоретического материала, судей, помощников учителя и т. д. Воспитываю сознательное отношение к своему здоровью, что бы понимали сущность здоровья и вели здоровый образ жизни. Приучаю: соблюдать спортивную этику, культура межличностных отношений, использовать навыки безопасного поведения в жизненных различных ситуациях, управлять своим здоровьем, приобретать знания в области профилактики вредных привычек и зависимостей, заботиться о собственном здоровье. В результате увеличивается работоспособность учащихся. |
| *Метод круговой тренировки* | Основная цель использования метода круговой тренировки на занятиях - эффективное  развитие двигательных качеств в условиях ограниченного и жесткого лимита времени при строгой регламентации и индивидуальной дозировке выполняемых упражнений | Использование их в комплексах круговой тренировки способствует  выполнению изученных упражнений в различных условиях, приближенных к жизненным. При организации занятий методом круговой тренировки после подготовительной части распределяются по группам (4-5 человек) в зависимости от уровня физической подготовленности. На месте проведения занятий определяются «станции» для выполнения физических упражнений.  На каждой «станции» находится карточка-задание, в которой определены задачи и способы их решения. По команде преподавателя учащиеся начинают одновременно выполнять упражнения (игровые задания) каждый на своей «станции». По окончании запланированного времени учащиеся переходят на следующую «станцию» |