**Использование информационно - коммуникационных технологий, дистанционного обучения в образовательном процессе.**

Опыт показывает, что при организации и проведении современного урока физической культуры необходимо использовать ИКТ, ДОТ так как, это позволяет успешно совмещать не только физическую, но и умственную работу, развивать интеллектуальные и творческие способности школьника, расширять его кругозор.Так как предмет «Физическая культура», имеют свою специфику, нужно учитывать продолжительность использования технических средств обучения . Я применяю на своих уроках мультимедиа для учащихся - 10 % от всех уроков, в основном это вводные уроки 39, 2 % во внеурочное время.В своей работе активно применяю информационно - компьютерные технологии, разработала алгоритм заполнения электронную ведомость-лист для обучающихся по системе «Плюс». Широко использую в своей работе интернет – сервисы: *Meograf – сервис для создания мультимедийных презентаций, Movenote создание видеоколлекций, «Создаю сам тесты» и.т.д.*

 Разрабатываю тесты, дистанционные конкурсы для учащихся, с целью повышения интереса к предмету «Физическая культура», подтверждение - диплом участника конкурса дистанционных мероприятий на уровне ОУ, ТШО, МОУО, в номинациях «Уверенная поступь» и «Первые шаги».

 За организацию и проведение дистанционного Международного конкурса – игры по физической культуре «Орленок», награждена грамотой .

На уроках учащиеся снимают на видео выполнение упражнений, это помогает в самоанализе своих двигательных действий и для объективной отметки на контрольном уроке. Для подготовки учащихся к соревнованиям по гимнастике, олимпиаде просматриваем с детьми видео комбинации, учимся находить ошибки в упражнениях, так же учимся учить, правильно объяснять технику выполнения упражнения одноклассников. Для активного применения информационных технологий позволяет мое рабочее место, которое автоматизировано. На своих уроках использую мультимедийный проектор для показа фильмов на спортивную тематику («Хочу стать чемпионом», «Зауральские спортсмены» и.т.д. ) и презентации, которые служат образцом идеального выполнения упражнений, является практическим пособием для обучения основных двигательных действий. Применяю с учащимися мультимедиа для репетиции публичного их выступления, т.е. защиту учебных проектов во внеурочное время.

На уроках ритмики и физкультуры использую музыкальный центр, так как музыка влияет на эмоциональное состояние учащихся и создает положительный эмоциональный настрой на предстающую работу на уроках. Имею личный сайт <http://ctart.jimdo.com/> где размещены: фотоотчеты, информация о спортивных мероприятиях в гимназии, о спортивных достижениях учащихся, тесты, конкурсы, информация для родителей. Учащиеся высылают свои работы мне по электронной почте.

Использование информационно - коммуникационных технологий позволяет мне знакомиться с разработками коллег на специализированных для работников образования сайтах и  персональных сайтах учителей физической культуры, педагогов – предметников, а также публиковать свои разработки. Сама являюсь для своих учащихся образцом использования ИКТ в педагогической деятельности. За участие в фестивале «ИКТ в образовании Курганской области» получила диплом .