**Использование современных образовательных технологий на уроках физической культуры.**

Улучшение здоровья школьников – одно из приоритетных направлений в работе школьного учителя физической культуры. Учитель физической культуры более чем кто-либо другой в школе, в ответе за улучшение здоровья своих учеников.

На мой взглядкаждый урок физической культуры должен приносить пользу здоровью каждого ребенка.А основным направлением работы я считаю физкультурно-оздоровительное, которое реализуется использованием рабочей программы, диагностикой уровня физического развития и здоровья, диагностикой уровня развития физической подготовленности обучающихся, учета личностных достижений учащихся, представлением свободы выбора способов участия во внеурочной деятельности. Контрольная диагностика подтверждает, что уровень учащихся по физической культуре соответствует уровню обучаемости.

Целью своей профессиональной деятельности считаю - укрепление и сохранение здоровья учащихся средствами физической культуры.

На своих уроках я использую следующие здоровьесберегающие технологии:

**1.Чередование видов деятельности:**

- разнообразие форм организации урока;

- чередование умственной и физической нагрузки учащихся - один их способов повышения эффективности урока;

- чередование теории и практики.

**2.** **Благоприятная дружеская обстановка на уроке**.

Урок должен быть развивающим, интересным. На уроке учитель обязательно обращает внимание на физическое и психологическое состояние детей, следит за тем, как они воспринимают задания учителя, как оценивают его работу.

**3.** **Дозировка заданий.**

Главное при выполнении упражнений - не допускать перенагрузки учащихся.

**4.** **Индивидуальный подход к каждому ребенку.**

Дети очень разные, но учитель должен делать свои уроки интересными. Для этого учитель предлагает создать для каждого ученика ситуацию успеха.

**5.** **Занятия на свежем воздухе.**

Известно, что дети очень сильно подвержены простудным заболеваниям, поэтому одна из задач, которая решается на уроках физкультуры, это - повышение устойчивости детского организма к такого рода болезням. Эффективным средством против простудных заболеваний становится закаливание организма. Учитель опирается на естественные факторы закаливания и большую часть уроков физкультуры проводит на свежем воздухе. Уроки на свежем воздухе включают бег по пересеченной местности, футбол, а также занятия на баскетбольной площадке, прохождение полосы препятствий, комплексы ОРУ.

**6.** **Воспитательная направленность занятия.**

Воспитательный эффект уроков физкультуры достигается и за счет возможностей индивидуально-дифференцированного подхода к развитию качеств каждого ученика и формированию ценностного отношения к своему здоровью.

Одной из задач физкультурно-оздоровительной деятельности школы является организация досуга учащихся. В рамках данного направления я ежегодно провожу турниры по футболу, баскетболу, зимнему футболу, соревнование по лёгкой атлетике на первенство школы, олимпиаду по физической культуре, а также организовываю спортивные игры при проведении школьных праздников. Во время проведения этих мероприятий, учащиеся получают массу информации о пользе ведения здорового образа жизни, и все это происходит в ненавязчивой, игровой форме.

В формировании всесторонне развитой личности ребенка в воспитательном процессе важное место принадлежит организации и проведению спортивных праздников. Данные мероприятия направлены на формирование у учащихся осознанного выбора здорового образа жизни, воспитание положительных нравственных качеств, семейных ценностей. В моей работе традиционными стали спортивные праздники "Папа, мама, я – спортивная семья", "Веселые старты", «Рыцарский турнир», «А ну-ка девочки!», «Весёлый экспресс».

Продуманной и разнообразной является и внеклассная спортивная работа, которую проводит учитель постоянно и целенаправленно. Традиционно в школе проводятся спортивные соревнования по легкой атлетике, баскетболу, волейболу, футболу. Результатом проведения учителем внеклассной работы является повышенный интерес детей к участию в различных внеклассных мероприятиях.

Последние несколько лет ученики нашей школы обязательно участвуют в следующих соревнованиях и мероприятиях:

- в районной и городской легкоатлетической эстафете;

- во все республиканском спортивном празднике «Казачок-2015»;

- участие во всех районных соревнованиях по футболу, стрит болу, баскетболу, волейболу, настольному теннису, легкой атлетике;

- участие в предметной олимпиаде по физической культуре;

- проведение традиционных товарищеских встреч по футболу.

**Результаты внедрения здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс.**

Регулярная работа по сохранению и укреплению здоровья, пропаганда здорового образа жизни, активная спортивная жизнь школы способствует укреплению физической подготовленности обучающихся нашей школы, о чём свидетельствуют позитивные показатели здоровья и качества учащихся.

Уровень качества знаний учащихся по физической культуре близок к 100 %.

Немаловажным показателем заинтересованностью учащихся физической культурой является и то, что ежегодно учащиеся 11-х классов выбирают для сдачи в высшие учебные заведения экзамен по этому предмету.

Здоровьесбережение выступает как одна из задач образовательного процесса нашей школы. Достижение названной цели может быть осуществлено с помощью технологий здоровьесберегающей педагогики, которые рассматриваются как совокупность приёмов и методов организации учебно-воспитательного процесса без ущерба для здоровья школьников и педагогов. Владея современными педагогическими знаниями, в тесном взаимодействии с учащимися, с их родителями, с медицинскими работниками, с коллегами учитель планирует свою работу с учётом приоритетов сохранения и укрепления здоровья участников педагогического процесса.

Работа нашего образовательного учреждения направлена на создание благоприятных условий для сохранения и укрепления здоровья учащихся школы, для формирования отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей достижения успеха.

В своей работе я широко использую **игровые технологии**.

Игровое обучение – это форма учебного процесса в условных ситуациях, направленная на воссоздание и условие общественного опыта во всех его проявлениях: знаниях, навыках, умениях, эмоционально-оценочной деятельности.

Игровому обучению присущи те же черты, что и в игре:

-свободная развивающая деятельность, предпринимаемая по указанию учителя, осуществляемая учениками по желанию;

-творческая, импровизационная, активная по своему характеру деятельность;

-эмоционально напряжённая, приподнятая, состязательная, конкурентная деятельность;

-деятельность, проходящая в рамках правил, отражающих содержание игры и элементов опыта.

Психологические механизмы игровой деятельности опираются на фундаментальные потребности личности в самовыражении, самоутверждении, самоопределении, саморегуляции, самореализации. По характеру это – обучающие, познавательные, развивающие игры. В 5-7 классах на уроках проводятся игры с предметами (мячи, скакалки, обручи), пионербол, футбол, гандбол. В 8-11 классах это – волейбол, баскетбол и другие, ранее изученные игры. Учащиеся с большим удовольствием играют, тем самым учатся общаться друг с другом, в игре развивается чувство товарищества, взаимопомощи, а также развивается умение взаимодействовать друг с другом, ради достижения единой цели. Игра способствует развитию волевых качеств - смелости, самообладании, настойчивости, стойкости.

**Основные задачи, которые решаются на уроках**

1. Воспитание потребности в адекватных физических нагрузках;

2. Развитие потребности к самостоятельным занятиям физическими упражнениями;

3. Создание возможности непрерывного личностного роста уровня физической подготовленности детей;

4.Обучение навыкам самоконтроля.

За последнее десятилетие произошло ухудшение состояния здоровья учащихся образовательных учреждений. У них отмечается рост распространенности функциональных отклонений, хронических заболеваний, нарушений физического развития. Показатели состояния здоровья учащихся ухудшаются в процессе обучения в школе от младших классов к старшим. Разработанная система физкультурно-оздоровительных мероприятий учителем способствует уменьшению наиболее типичных отклонений в состоянии здоровья детей.

В этом году в среднем звене введен комплекс адаптивной физической культуры третьим часом.