**Использование технологии личностно-ориентированного физкультурного** **образования в учебном процессе.**

Забота о здоровье учащихся в нашей школе является одним из приоритетов работы всего педагогического коллектива, в том числе и учителей физической культуры. Как же мы используем здоровьесберегающие технологии на уроках физической культуры?

  Прежде всего, чётко определяем для себя понятие «здоровьесберегающие технологии»:

  К здоровьесберегающим образовательным технологиям относятся технологии, которые основаны на возрастных особенностях познавательной деятельности детей, обучении на оптимальном уровне трудности (сложности), вариативности методов и форм обучения, оптимальном сочетании двигательных и статических нагрузок, обучении в малых группах, использовании наглядности, сочетании различных форм предоставления информации, создании эмоционально благоприятной атмосферы, формировании положительной мотивации к учебе (“педагогика успеха”), на культивировании у учащихся знаний по вопросам здоровья.

  Устанавливаем взаимосвязь с медицинским работником школы, знакомимся с результатами медицинских осмотров детей, учитываем в работе показания медработников в листе здоровья школьников.

  Для учителя очень важно правильно организовать урок физической культуры, т.к. он является основной формой педагогического процесса.

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

- рациональная плотность урока;

- включение в урок вопросов, связанных со здоровьем учащихся, способствующих формированию у школьников 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 учащимся 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.

Современный урок физической культуры и повышение его эффективности невозможно без разработки вопроса личностно-ориентированного обучения. Важнейшее требование к уроку физической культуры - обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к обучающимся с учётом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств. Приступая к работе с первоклассниками прежде всего определяем, с каким составом обучающихся предстоит работать в течении нескольких лет. В начале учебного года выявляем уровень физической подготовленности с помощью тестов (проводит психолог) и состояние здоровья обучающихся (по данным медицинских карт).

Личностно-ориентированный и дифференцированный подходы важны для обучающихся, как с низкими, так и с высокими результатами в области физической культуры. Низкий уровень развития двигательных качеств часто бывает одной из главных причин неуспеваемости ученика по физической культуре. А учащемуся с высоким уровнем не интересно на уроке, рассчитанном на среднего ученика. Помимо деления обучающихся на основную, подготовительную и специальную группы, почти в каждом классе условно можно разделить детей ещё на несколько групп (категорий):

- совершенно здоровые, но "тучные" дети, не желающие трудиться;

- дети, временно перешедшие в подготовительную группу из-за болезни;

- плохо физически развитые дети, которые боятся насмешек, замыкаются;

- хорошо физически развитые дети, которые могут потерять желание заниматься на уроках, если им будет очень легко и неинтересно.

Поэтому и необходимо дифференцирование и задач, и содержания, и темпа освоения программного материала, и оценки достижений.

Здесь мы останавливаемся на технологии личностно-ориентированного физкультурного образования, которая является основной в учебном процессе. Под личностно-ориентированным физкультурным образованием понимается целенаправленное физическое формирование человека посредством развития его индивидуальных способностей. Личностно-ориентированный подход - это способ реализации содержания дифференцированного физкультурного образования посредством системы средств, методов и организационных форм, обеспечивающий эффективное достижение цели образования. Содержание личностно-ориентированного обучения - это совокупность педагогических технологий дифференцированного обучения двигательным действиям, развития физических качеств, формирования знаний и методических умений и технологий управления образовательным процессом, обеспечивающих достижение физического совершенства.