***Использование ИКТ на уроках физической культуры.***

XXI век – век высоких компьютерных технологий. Это значит, что использование ИКТ в школе – процесс объективный и вполне закономерный. Развитие человеческого общества в мире и в России, в частности, требует научного подхода к занятиям физической культурой. Основой развития любого процесса является информация. Особенностью развития общества в информационный век является нарастающий, часто поток информации, управлять которым, а тем более перерабатывать и принимать решения становится все труднее.

 Возможным выходом из этой ситуации является применение информационных компьютерных технологий (ИКТ), представляющих собой накопление информации, её хранение и переработку, математический анализ, моделирование и прогнозирование. Составными частями ИКТ являются электронный, программный и информационный компоненты, совместное функционирование которых позволяет решать задачи, поставляемые развитием общества.

Следовательно, наша цель - найти применение компьютерным технологиям в процессе физического воспитания школьников как средству методической поддержки учебного процесса.

 Компьютер дома, в школе в настоящее время, уже не роскошь, а средство для работы. Нужно ли использовать средства ИКТ на уроках физической культуры? Когда в первый раз слышишь фразу «компьютер на уроке физкультуры», то сразу возникает  недоумение и вопрос: разве это совместимо? Ведь физкультура – это, прежде всего движение. Специфика каждого предмета разнообразна, но общий принцип, один – задача учителя состоит в том, чтобы создать условия практического овладения знаниями. Применяя этот принцип к уроку физической культуры, можно отметить, что задача учителя, выбрать такие методы обучения, которые позволили бы каждому ученику проявить свою активность, своё творчество, активизировать двигательную и познавательную деятельность учащегося.   Современные педагогические технологии, в частности использование новых информационных технологий, Интернет – ресурсов, позволяют достичь максимальных результатов в решении многих задач.

1. Интенсификация всех уровней учебно-воспитательного процесса за счёт применения средств современных информационных технологий:

- повышения эффективности и качества процесса обучения;

- повышение активной познавательной деятельности;

- увеличение объёма и оптимизация поиска нужной информации.

2.  Развитие личности учащихся, подготовка к комфортной жизни в условиях  информационного общества:

- развитие коммуникативных способностей;

- формирование информационной культуры, умений осуществлять обработку информации;

- формирование умений осуществлять экспериментально - исследовательскую деятельность.

3.  Работа на выполнение социального заказа общества:

- подготовка информационно грамотной личности;

- осуществление профориентационной работы в области физической культуры.

     С использованием ИКТ на уроках физической культуры выигрывают все: школьники, родители, учителя, так как эти технологии осуществляют одно из наиболее перспективных направлений, позволяющих  повысить эффективность физкультурно – оздоровительной деятельности – личной заинтересованности каждого обучающегося в укреплении своего здоровья.  Это помогает мне в решении  ещё одной задачи – разбудить заинтересованность школьников в формировании здорового образа жизни.

Необходимость использования ИКТ в физическом воспитании вызвана потребностью в повышении его качества с помощью применения компьютеров.

ИКТ позволяют организовать учебный процесс на новом, более высоком уровне, обеспечивать более полное усвоение учебного материала.

С помощью ИКТ можно решать проблемы поиска и хранения информации, планирования, контроля и управления занятиями физической культурой, диагностики состояния здоровья и уровня физической подготовленности учащихся.

 С чего же начиналось применение ИКТ в моей практике применительно к урокам физической культуры. Вначале информационные технологии в области физического воспитания использовались без непосредственного привлечения учеников: это в основном текстовые документы – заявки, отчёты, положения о соревнованиях, печатание грамот. Параллельно с текстовыми документами создала базу данных по итогам выступлений команд школы на спортивных соревнованиях.

 Наиболее популярными областями применения информационных технологий в обучении является получение новых знаний, контроль знаний и самообразование. Мною был изучен   материал по использованию ИКТ на уроках. Училась овладевать компьютерными технологиями и программой Мicrosoft Рower Рoint, что позволило   включать в  уроки с  ИКТ материал по усвоению теоретических основ на уроках   физической  культуры. Это позволило мне   сделать урок более интересным, наглядным и    динамичным.

 Уроки физической культуры включают большой объём теоретического материала, на который выделяется минимальное количество часов, поэтому применение электронных презентаций позволяет мне эффективно решать эту проблему.

Многие объяснения техники выполнения разучиваемых движений, исторические документы и события, биография спортсменов, освещение теоретических вопросов различных направлений не могут быть показаны ученикам, поэтому необходимо использовать различные виды наглядности.

Другой формой использования ИКТ явилось применение тестирующих программ. Компьютерные тесты могут содержать неограниченно большое количество разделов и вопросов, что позволяет варьировать тесты под непосредственные нужды и конкретных участников тестирования.

Тесты используются на любом этапе обучения. Компьютерные тексты предусматривают как работу с подсказкой ответов, так и без них, на каждый вопрос даётся 4 варианта ответа.

Использование тестов  при подготовке к олимпиадам по физической культуре позволяет объективно оценить теоретические знания учащихся.

            Обучающиеся уже подготовлены к созданию презентаций и по заданию делают их быстро.  Участие детей в разработке различных программ, пособий считаю не обязательным, но и отстранять их от этой работы не следует. Они намного эффективнее владеют многими компьютерными программами, чем мы. Пусть работа будет совместной!  Интерес, считаю, состоит в том, чтобы от умения создать нами и учащимися презентации перейти к осмысленному и глубокому проектному методу, что предполагает затрату времени, творческую направленность. Безусловно, каждая работа должна оцениваться.

Электронная презентация может содержать большой теоретический материал, который, тем не менее, легко усваивается из-за неординарной формы ее подачи. Сама презентация, являясь, по сути, конспектом урока может быть использована как средство самообучения и самостоятельной работы. Наличие визуального ряда информации позволяет закрепить в памяти.

По заданию учащиеся готовили самостоятельно презентации на такие темы: «Самоконтроль на занятиях физической культуры», «Спортивные игры». В презентации представлены определения, показатель самоконтроля, субъективные показания состояния организма, внешние признаки утомления, которые и составляют теоретический материал. Способы измерения пульса пробы с приседаниями являются практическим материалом. Дети приобретают знания для самостоятельного ведения "Дневника самоконтроля” и определения своей физической подготовленности. «Вред курения и алкоголя» где показаны губительные факторы влияния на организм табака и алкоголя.

В чём же ещё заключается эффективность применения компьютера на уроке? В основной школе закладываются основы техники  двигательных действий (бросок баскетбольного мяча, низкий старт в лёгкой атлетике и т.д.), которые востребованы на всём протяжении обучения в школе. Главное на этом этапе – овладение базовой техникой изучаемых двигательных действий. Чтобы создать правильное представление обучающихся о технике двигательных действий по всем программам, учитель физической культуры должен быть очень хорошо подготовлен профессионально. Выпускник порой испытывает трудности в теории и методике обучения, стажист – возраст, болезни, а тут есть возможность показать то, что учитель не в состоянии уже показать. Ребёнок сам видит свои движения, ошибки, недочёты. «Я сделал всё правильно – вы ко мне придираетесь!» уже не проходит.

            Однако существующие разработки использования компьютерных технологий носят выборочный характер: создание банка данных, мониторинг физического развития и физической подготовленности, проектный метод. И это ещё не имеет широкого распространения. При этом компьютерные программные средства в общеобразовательных предметах представлены довольно разнообразно.

            При отслеживании рынка компьютерных программ по физической культуре эта тема представлена довольно бедновато. Не так много электронных учебников по физической культуре: «Энциклопедия спорта», в котором много рассказано о большом спорте, и вскользь  о школьной физкультуре, «Легенды российского спорта». Эти диски можно использовать в школе опосредованно. Есть диски, связанные с различными стилями танцев, аэробики, шейпинга, йоги – они конечно больше подходят для секций. Методики и приёмы обучения двигательным действиям, наглядные иллюстрации и видеофрагменты отражены слабо. Можно долго сидеть в Интернете и кое-что найти.

ИКТ можно с успехом применять при внеклассной работе: различные презентации, видеоролики, изготовление слайд-шоу спортивной тематики для популяризации спорта.

Компьютерные технологии всё шире входят в нашу жизнь, хотя  они не могут заменить непосредственное общение ученика с живым человеком, учителем. Однако использование этих технологий в качестве дополнительного инструмента для качественного обучения своих подопечных – необходимая потребность своевременного и будущего времени.

 Таким образом, исходя из своего опыта работы, я считаю, что при организации и проведении современного урока физкультуры необходимо использование ИКТ, что позволяет успешно совмещать не только физическую, но и умственную работу, развивать интеллектуальные и творческие способности школьника, расширять общий кругозор.