**Информационные технологии на уроках физической культуры**

В современное время, кроме правильно оборудованного спортзала, большое значение для мотивации учащихся, развития, совершенствования и коррекции результатов неоценимое значение имеет наглядность, которая обеспечивается за счет использования на уроках ИКТ.

Что такое ИКТ? Сегодня уже нет такой надобности пояснять.

Информационные технологии позволяют сегодня на уроках усилить интеллектуальные возможности учащихся в информационном обществе, а также гуманизацию, индивидуализацию, интенсификацию процесса обучения и повысить качество обучения на всех ступенях образовательной системы.

Уроки физической культуры включают большой объем теоретического материала, на который выделяется минимальное количество часов, поэтому использование современных информационных технологий позволит эффективно решить эту проблему. Учителю надо подойти к применению компьютерных технологий в процессе физического воспитания как к средству методической поддержки учебного процесса.

Что же можно использовать на уроках физкультуры? Электронные учебные пособия (электронный учебник, электронная презентация); учебно-методические комплексы; контролирующие компьютерные программы, тесты, электронные приложения; компьютерные   иллюстрации для поддержки различных видов занятий.

Например, использование компьютерных тестов на теоретических уроках физической культуры дает возможность: осуществлять реальную индивидуализацию и дифференциацию обучения; вносить обоснованные изменения в процесс преподавания; достоверно оценивать качество обучения и управлять им.

Оптимальная частота и длительность применения ИКТ в учебном процессе определяется возрастом учащихся и целесообразностью их использования в познавательной деятельности учащегося. Слишком частое использование приведет к потере интереса к ним, а если использовать очень редко, то каждое их применение превратится в событие и создаст у учащихся повышенное эмоциональное возбуждение, мешающее восприятию и усвоению учебного материала.

Использование ИКТ поможет учителю при изложении нового материала; поможет продемонстрировать технические приемы выполнения упражнения; проверить уровень теоретических знаний учащихся с помощью тестирования.

У учащихся формирует и развивает исследовательские навыки и творческие способности; в проектной деятельности ведет к формированию и развитию исследовательских навыков и творческих способностей.

Рекомендуемые интернет-ресурсы:

Электронная версия «Большой Олимпийской энциклопедии» (<https://slovari.yandex.ru/>). Олимпийский комитет России (<http://www.olympic.ru/>) .Национальная информационная сеть «Спортивная Россия»(<http://www.eurasianhome.org/> ).Сайт Министерства спорта Российской Федерации (<http://www.minsport.gov.ru/> ). Сайт Министерства здравоохранения Российской Федерации (<http://www.rosminzdrav.ru/> ). Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту (<http://lib.sportedu.ru/> )