**Современные образовательные технологии при обучении физической культуры в средне-профессиональных образовательных учреждениях**

Сегодня обучение физической культуре в сфере среднего профессионального образования направлено на сохранение и развитие здоровья обучающихся, а значит, в первую очередь, формирование у них здорового образа жизни. Большую помощь в осуществлении этого процесса оказывает возможность применения современных образовательных технологий, основанных на последних достижениях педагогической науки.

Формировать здоровый образ жизни можно только развивая учебный процесс средне-профессионального образовательного учреждения, что требует повышения качественного уровня обучения, когда применяются современные обучающие средства. При этом недостаточно только внедрять результаты интеллектуальной деятельности, представленные разнообразными тренажерами, обучающими научно-популярными видеофильмами, Интернет-ресурсами и т.д. на занятиях физической культурой, но необходимо и формировать положительную мотивацию как к обучению в целом, так и к занятиям физкультурой [4].

То есть, по какой бы программе физической культуры не работало средне-профессиональное образовательное учреждение, результаты обучения очень разные, не только в рамках всего учреждения, но и в отдельно взятой группе[1].

Я уверен, что, только применяя современные образовательные технологии на занятиях по физической культуре, можно успешно формировать и развивать желание вести здоровый образ жизни, совершенствовать физические навыки, добиваться успехов в спорте у обучающихся.

Но словам В.П. Беспалько: «Педагогической или образовательной технологией является система функционирования всех компонентов педагогического процесса, построенная на научной основе, запрограммированная во времени и в пространстве и приводящая к намеченным результатам» [2, с. 29].

По мнению Г.К. Селевко, «…трактовка понятия «педагогическая технология» говорит, по существу, лишь о том, что это качественно новая ступень в развитии «производственного аппарата» педагогики» [ 5, с. 35].

К преподавания физической культуры подхожу комплексно, так как считаю, что без неё у обучающихся недостаточно эффективно развиваются не только физические, но и интеллектуальные, нравственные, эстетические способности. Только используя многие современные педагогические технологии я продуктивно действую не только в учебное, но и во внеурочное время и получаю впечатляющие результаты по физической культуре у обучающихся.

Очень важно на уроке обеспечить дифференцированный и индивидуальный подход к обучающимся, учитывая состояние здоровья, пол, физическое развитие, двигательную подготовленность, особенности развития психических свойств личности каждого. При низком уровне развития двигательных качеств обучающиеся, чаще всего, не успевают или слабо успевают по физической культуре, а при высоком уровне, наоборот, учащимся скучно на уроке, так как нагрузки рассчитаны на среднего обучающегося. Учитывая то, что в каждой группе образовательного учреждения есть и представители основной, подготовительной и специальной групп, желательно дифференцировать задачи, содержание, и темп, необходимые для того, чтобы хорошо освоить программный материал и оценить достижения. Именно потому, в своей работе я опираюсь на технологию дифференцированного физкультурного образования.

Наиболее успешно эта технология применяется при обучении двигательным действиям. Начинается обучение с применения целостного метода, а позже дифференцирутся технические детали с разделением по сложности, далее, по-разному интегрируем эти части, принимая во внимание уровень подготовки обучающихся, чтобы они могли качественней выполнить упражнение. Каждым обучаемым двигательное действие осваивается в комфортном режиме, создаётся основа для того, чтобы сформировался индивидуальный, оптимальный стиль деятельности. Закрепляя учебный материал, обучающиеся условно делятся на группы по уровню подготовки. Перед каждой группой ставятся разные задачи.

Одна группа выполняет упражнения в облегчённых условиях, другая - усложнённые, третья - совершает действие в целом, но используется облегчённый вариант и т.д. Так как сильные обучающиеся справляются с усвоением учебного материала быстрее, чем другие, то пока средние и слабые обучаемые продолжают усваивать двигательное действие, они выполняют изучаемые упражнения в условиях соревнования. В том случае, когда самые слабые обучающиеся не могут усвоить какое-то упражнение, они продолжают его отрабатывать, а более сильные ребята включают его в спортивные игры.

Занимаясь гимнастикой наиболее хорошо подготовленные обучающиеся добавляют в комбинацию свои элементы, выполняя опорный прыжок меняют высоту снаряда, а для менее подготовленных ребят соблюдаются стандартные условия. Индивидуальная работа проводится в том случае, когда обучающиеся не в состоянии выполнить то или иное двигательное действие.

При дифференцированном развитии физических качеств обучающихся с разным уровнем физической подготовки использую как одинаковые, так и разные средства и методы, однако, в любом случае планирую разную величину нагрузки. Слабые обучающиеся могут раньше выполнить задание, а значит, дольше отдохнуть и успешно восстановиться. Их уровень физической подготовки заметно возрастает.

Те обучающиеся, у которых недостаточная физическая подготовленность выполняют индивидуальные задания по карточке. В карточке указываю вид упражнения, последовательность его выполнения, дозировку. Окончание занятия проводится вместе со всей группой. Обучающиеся участвуют в играх, совершают одинаковые упражнения.

Очень важно развивать самостоятельность обучающихся, для чего им предлагается выполнить теоретические задания разной степени сложности, разного содержания, объёма: маленькие сообщения, объёмные доклады, рефераты, презентации, они составляют комплексы разминок и др. Обучающимся, особенно девушкам важно выглядеть красивыми и подтянутыми, поэтому информирую о том, на развитие каких физических качеств: осанки, ловкости, гибкости и др. влияют определённые упражнения. Особенное внимание уделяю технике выполнения и безопасности упражнений, анализирую выполнение упражнения и указываю на технические ошибки.

Оценивая физическую подготовленность не только фиксирую результаты, но оцениваю и положительную тенденцию в изменении результатов. Приоритет отдаётся индивидуальным достижениям. Отметка по физической культуре является суммой теоретических знаний, техники выполнения двигательных действий, умения заниматься физкультурно-оздоровительной деятельностью.

Другое направление работы – информационная технология. Я широко применяю цифровые образовательные и Интернет-ресурсы, как на занятиях, так и во внеурочной деятельности. Обучающиеся активно ищут необходимую информацию, участвуют в дистанционных олимпиадах, готовят домашние задания и др.

На теоретических занятиях, применяя информационную технологию представляю учащимся возможность не только услышать, но и увидеть излагаемый материал. Известно, что люди лучше воспринимают и усваивают информацию, когда слуховое восприятие подкреплено зрительным.

Основной образовательной технологией в своей деятельности считаю здоровье сберегающую. Здоровье сберегающие технологии и имеют целью обеспечение обучающимся возможности сохранить здоровье в течении периода обучения в средне-профессиональном образовательном учреждении, сформировать и развить не только необходимые знания, умения и навыки, но и потребность вести здоровый образ жизни, выработать умение использовать в повседневной жизни те знания, умения и навыки, которые получили на занятиях.

В основе здоровье сберегающих образовательных технологий лежат научные данные педагогики, психологии, физиологии и др. Внедряя здоровье сберегающие образовательные технологии приходится учитывать возрастные особенности познавательной деятельности обучающихся, подбирать оптимальное сочетание двигательных и статических нагрузок, работать с малыми группами, использовать наглядность и сочетать разные формы предоставления информации.

Осуществляя здоровье сберегающую педагогическую технологию знакомлюсь с результатами медицинских осмотров обучающихся, учитываю их на занятиях физической культурой; помогаю родителям построить здоровую жизнедеятельность обучающегося в семье; стараюсь заинтересовать учёбой, а самое главное, создать и поддерживать здоровый психологический климат на занятиях. Создание ситуации успеха помогает формировать положительную мотивацию к обучению, как в целом, так и по отношению к физической культуре, что снижая эмоциональную напряженность, улучшает взаимоотношения между всеми участниками образовательного процесса.

Привлекаю здоровье сберегающие факторы. Проводя контрольные срезы, проверяя выполнение заданий, тестируя обучающихся получаю исходные и текущие данные помогающие разработать индивидуальные задания способствующие в течение очередного периода времени продвигаться вперёд, что подтверждается следующими тестированиями. Если рост показателей не происходит, вношу корректирующие изменения в индивидуальные планы развития учащихся.

Нельзя забывать о том, что обучающегося не сравнивают с другими, а только с самим собой: сегодняшние показатели стали лучше, чем вчера, а завтрашние я постараюсь сделать ещё лучше, чем сегодня. Подбираю реальные задания, провожу стимуляцию обучающихся к активным действиям. На занятиях происходит чередование различных видов учебной деятельности; используются методы, которые активизируют инициативу и творческое самовыражение обучающихся. Очень важно поддержание положительного эмоционального климата на занятиях «минута доброго смеха важнее пяти докторов», мажорный настрой обучающихся, эмоциональный подъём с начала урока, ситуация успеха – гарантия успеха.

Нельзя обойтись и без проектной деятельности. Особенно важна она при формировании санитарно-гигиенических знаний, умений, навыков. Такие проекты, как «Живи свободным» (против зависимостей), « Если хочешь быть здоров» и др. пользуются популярностью у обучающихся и охотно выполняются.

«Если раньше человек мог более или менее сносно прожить жизнь, следуя хорошо проверенным правилам, повторяя действия, уже принесшие успех ранее, опираясь на опыт и знания, накопленные предшествующими поколениями. Нужно было только заранее хорошо выучить, в чем состоят эти нормы и как их применять на практике. Сегодня ситуация изменилась кардинально», – утверждает Г.К. Селевко [5, c. 84].

Будущему гражданину мало знать теорию, ведь они сегодня очень быстро устаревают. Чем активнее человек, чем более гибкое у него мышление, выше способность к обучению, больше желание самосовершенствоваться, тем успешнее он адаптируется к постоянно изменяющемуся миру, те он успешней.

Способствует этому проектная технология. Используя технологию проектного обучения, я вовлекаю обучающихся в самостоятельную познавательную деятельность.   Проект для обучающихся служит возможностью максимально раскрыть свой творческий потенциал, позволяет проявиться индивидуальности как каждого, так и группы, испытать свои силы и др.

То есть современные технологии на занятиях физической культурой применяем из-за необходимости воспитывать здорового и спортивного гражданина.

**Библиографический список**

1. Анохина, И.А. Индивидуальный подход в физкультурно-оздоровительной работе: методические рекомендации / И.А. Анохина. – Ульяновск: УИПКПРО, 2015. – 49 с.
2. Беспалько, В.П. Слагаемые педагогической технологии / В.П. Беспалько. – М.: Просвещение, 2013. – 105 с.
3. Митяева, А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / А.М. Митяева. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 416 с.
4. Молоков, Ю.Г. Актуальные вопросы информатизации образования / Ю.Г. Молоков, А.В. Молокова // Образовательные технологии: Сборник научных трудов. – Новосибирск, ИПСО РАО. – 2016. – с.77-81.
5. Селевко, Г.К. Энциклопедия образовательных технологий: Учебное пособие / Г.К. Селевко. – М.: Народное образование, 2015. – 256 с.