

эпидемиологической службы. Москва: Российская ассоциация общественного здоровья, 2016. 152 с. Текст: непосредственный;

4. *Лазарев, В.С., Поташник М.М.* Как разработать программу развития школы: Методическое пособие для руководителей образовательных учреждений. Москва: Новая школа, 2017. 48с. Текст: непосредственный.

5. *Методика, обучения физической культуре: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / Ю. Д. Железняк, И. В. Кулишенко, Е. В. Крякина; под ред. Ю. Д. Железняка.* Москва: Издательский центр «Академия», 2013. 256 с. Текст: непосредственный

6. *Современные технологии оздоровления детей и подростков в образовательных учреждениях: Пособие для врачей.* Москва: Министерство здравоохранения Российской Федерации, ГУНЦ здоровья детей РАМН НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков, 2018. 68с. Текст: непосредственный.

7. *Теория и методика обучения предмету «Физическая культура»: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ю.Д. Железняк, В.М. Минбулатов, И. В. Кулишенко, Е. В. Крякина; под ред. Ю. Д. Железняка.* 4-е изд., перераб. Москва: Издательский центр «Академия», 2010. 272 с. Текст: непосредственный.

Сафронова Р.В., Кетриш Е.В.

*ГАПОУ СО «Свердловский областной педагогический колледж»,*

*Российский государственный профессионально-педагогический университет*

*г. Екатеринбург, Россия*

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ  
В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ФИТНЕСА  
ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ

В ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ

*Аннотация:* Для того, чтобы современные методики преподавания предмета физическая культура соответствовали современным требованиям общества, они должны содержать инновационные

достижения в теории и методике физического воспитания. Использование современных технологий в сфере физической культуры и спорта у студентов должна решать следующие задачи: повышение двигательной активности, повышение валеологической грамотности, а также снижение вредного воздействия учебной деятельности в кабинете и окружающей среды.

*Ключевые слова:* современные технологии, физическая культура, спорт и фитнес, профессиональное образование, инновационная деятельность.

Переход на новые федеральные государственные стандарты образования в среднем профессиональном образовании, направленность на развитие воспитательной составляющей профессионального образования, в том числе и через стимулирование спортивной деятельности студентов создают необходимость использование современных подходов к организации и содержанию физкультурно-спортивной деятельности различной направленности.

Приоритетная задача каждой образовательной организации направлена на повышение качества образования посредством внедрения современных образовательных технологий в учебный процесс, а также проведения внеурочных мероприятий. В связи с этим любой современный педагог должен быть компетентным в области технологий и применять их на занятиях.

Применяя современные технологии, педагог сможет повышать не только физическую подготовленность, но и уделять внимание развитию творческих способностей своих обучающихся.

Очень большое внимание в настоящее время уделяется проблемам физического воспитания студентов. Физическая культура является незаменимым фактором физического, нравственного, интеллектуального

и духовного развития личности. Её основной задачей в профессиональных образовательных организациях является сохранение и укрепление здоровья студентов, а также повышение мотивации к регулярным занятиям физической культурой и контролем за собственным здоровьем.

Исходя из этого можно сделать вывод, что применение традиционных методов построения занятий по физической культуре давно уже утратило свою актуальность, поэтому педагоги начали уделять больше внимания разработке новых подходов к построению и проведению учебных занятий.

Современное образование подвержено влиянию различных процессов, происходящих во всех сферах жизни общества, а также неразрывно связано с развитием педагогических и инновационных технологий. Система общего образования ставит перед собой ряд определенных задач, и, в первую очередь это решение проблем, связанных с гармоничным развитием личности. Школа дает возможность каждому ученику построить свой образовательный маршрут, в том числе и предпрофессиональный.

Информационный потенциал педагога дает возможность влиять на информационную культуру ученика, формировать ее. На сегодняшний момент применение интерактивных педагогических технологий пользуется большим спросом у преподавателей по физической культуре. Период дистанционного обучения очень сильно повлиял на преподавание предмета «Физической культуры». К сожалению, большинство обучающихся не видит к нему интереса. В такой ситуации педагогам необходимо применять интерактивные технологии, чтобы заинтересовать каждого обучающегося.

Совершенствование методики преподавания учебной дисциплины «Физическая культура» – это первостепенное направление в

современном физкультурно-спортивном образовании, которое должно учитывать индивидуальные способности и состояние здоровья обучающихся по всем специальностям и направлениям подготовки начального, среднего, профессионального образования в рамках внедрения новых федеральных государственных образовательных стандартов.

Решить эту задачу бесспорно можно, только с условием подготовки современного высококвалифицированного специалиста, который будет обладать системными знаниями и креативным образом мышления.

Современные педагоги по физической культуре столкнулись с проблемой снижения уровня двигательной, познавательной активности обучающихся на занятиях, и нежеланием учиться. Одним из способов повышения данных показателей может стать демонстрация видеofilьмов, и использование мультимедиа – технологий, компьютера.

Выделяются следующие направления использования информационных технологий на занятиях физической культуры:

1. Демонстрация наглядным способом влияния физической активности на организм человека;
2. Оценка своего физического развития;
3. Уровень физической подготовленности;
4. Система тестового контроля;
5. Оценка самочувствия.

Обучение проходит более интересно и эффективно если широко использовать различные модели и анимации при применении современных технологий. [4]

Необходимо применять и музыкальное сопровождение в процессе занятий физической культурой, так как этот способ создает положительную атмосферу, а также содействует развитию у

обучающихся пластики и чувства ритма. Используя специальные программы на компьютере, можно создавать различные музыкальные композиции для занятий.

Большая часть появляющихся на современном этапе различных технологий связана с постоянно совершенствующимися технологиями фитнеса. Понятие фитнес-технология очень часто можно встретить в образовательных программах и различных научных исследованиях. Фитнес – это методика оздоровления организма, направленная на улучшение состояния здоровья и физической формы. На данный момент разработано множество программ занятия фитнесом, благодаря этому им могут заниматься практически все.

Приняв за основу квалификацию основ инновационной деятельности в системе физического образования студентов, можно предположить, что в рамках образовательного процесса используются следующие технологии [2]:

- здоровьесбережения и здоровьесформирования;
- оздоровительной физической подготовки;
- адаптивной физической культуры;
- спортивно-валеологического воспитания;
- обучение основам здорового образа жизни;
- привлечения к активным занятиям физическими упражнениями.

Фитнес можно назвать и видом спорта, и оздоровительной практикой, который может носить образовательный и здоровьесберегающий характер, так как он обладает разнообразными формами двигательной активности, специфическими особенностями, адаптационным потенциалом. Все эти качества выражаются в способности интеграции фитнеса в дополнительное физкультурно-спортивное образование, а также целевой ориентации на широкий спектр

социальных и возрастных групп, а также выражать содержание самоорганизации здорового образа жизни.

Таким образом, сфера физической культуры и спорта насчитывает бесконечное множество методик, способных удовлетворить различные потребности индивидов в двигательной активности, оздоровлении организма и психики. Традиционные методы преподавания отходят на второй план, уступая место внедрению современных технологий в программу преподавания физической культуре. При этом, важная роль отводится таким инновациям, как применение ИКТ, позволяющих сделать обучение более доступным и понятным для каждого индивида; включение на занятиях музыкального сопровождения, помогающего легче переносить физические нагрузки; а также включение фитнес-технологий, способствующих укреплению мышечного аппарата и улучшению осанки, а также психоэмоционального состояния обучающихся.

*Библиографический список:*

1. *Виленская, Т.Е.* Оздоровительные технологии физического воспитания: учебное пособие / Т. Е. Виленская. 2-е изд., испр. и доп. Москва: Издательство Юрайт, 2021. 285 с. Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. URL: <https://urait.ru/bcode/472592> (дата обращения: 1.09.2021).
2. *Иванченко В.Н.* Инновации в образовании: общее и дополнительное образование детей: учебно-методическое пособие / В. Н. Иванченко. Ростов на Дону: Феникс, 2011. 341 с. Текст: непосредственный.
3. *Методические материалы по профессии «Педагог» с учетом стандарта Ворлдскиллс Россия по компетенции «Физическая культура и спорт»:* рабочая тетрадь. Тольятти: Академия, 2018. 61 с. Текст: непосредственный.
4. Перспективы развития проектного управления образовательной деятельностью в сфере физической культуры и спорта / Д.Г. Степыко, Д.В. Грачева, Д.С. Александров, Д.А. Фарзалиев / Известия Тульского гос. университета. Физическая культура. Спорт. 2017. № 4. С. 69-75. Текст: непосредственный.