СОВРЕМЕННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ

Таирова Мапрат

Ташкентский государственный педагогический университет, кафедра физического воспитания и спорта, и.о профессор

Юлдашов Зафарджон Шухратович

Чирчикский государственный педагогический университет,

магистр факультета физической культуры

Аннотация: В данной статье рассматривается вопрос развития сферы физической культуры с помощью использования инновационных физкультурно-оздоровительных методов. Особо детально рассматривается применение современного подхода к урокам физкультуры в начальной школе.

Ключевые слова: Начальная школа, физкультура, развитие, инновационные методы, инноватика, современные технологии, образование.

Annotation: This article discusses the issue of developing the sphere of physical culture through the use of innovative physical education and health methods. The application of a modern approach to physical education lessons in primary school is examined in particular detail.

Key words: Primary school, physical education, development, innovative methods, innovation, modern technologies, education.

В наше время вопрос физического воспитания и здоровья молодого поколения стоит особо остро. Неблагоприятные экологические условия, рост врожденных патологий и заболеваемостей- все это влияет на будущее детей и их здоровье. За последнее время наблюдается активное снижение показателей здоровья, физического развития и двигательной подготовленности детей. И связано оно, как правило, с ухудшением социально-экономических и экологических условий жизни, неправильным питанием, понижением двигательной активности, упадком оздоровительной и воспитательной работы в образовательных учреждениях.

Сохранение здоровья детей и его укрепление являются предметом заботы взрослых. Занятия физкультурой и спортом в начальной школе можно смело назвать отправной точкой в формировании здоровой психической и физической личности ребенка.

Функции охраны и укрепления здоровья детей возлагаются на здравоохранение. Но в современных условиях эти задачи можно решить используя интегрированный подход, предполагающий взаимосвязь различных сфер и медицины, педагогики, психологии и экономики, которые имеют своей целью укрепление и охрану здоровья детей.

В младшем школьном возрасте важной задачей является развитие имеющихся физических качеств. Большое значение в решении этой задачи имеют воспитание ловкости, точности, ритмичности, согласованности отдельных движений, ориентирование в пространстве. Младший школьный возраст является наиболее благоприятным для закаливания детского организма, овладения необходимыми двигательными умениями и навыками.

Если рассматривать двигательную активность как фактор развития интеллектуальной, эмоциональной и других сфер, то становится очевидной важность научного и методического подходов к вопросам физического воспитания детей в младшей школе.

Физическая культура является частью общей культуры, это совокупность достижений общества в области физического совершенствования человека, накопившихся в процессе общественно исторической практики. К материальным ценностям физической культуры можно отнести спортивные сооружения (стадионы, спортивные залы, бассейны и др.), инвентарь, (специальная одежда, обувь и др.).

Физическое воспитание - это воспитание, особенной функцией которого является обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и формирование осознанной потребности физкультурных занятий. Так, физическое воспитания - это наука об общих законах управления процессом физического совершенствования человека. Физическое развитие - это процесс изменения форм и функций организма человека в течение индивидуальной жизни. Теория физического воспитания детей в младшей школе имеет общее содержание с общей теорией физического воспитания, но дополнительно рассматривает закономерности физического воспитания детей во всех возрастных периодах.

Физическое воспитание младших школьников постоянно развивается и обогащается новыми знаниями, получаемыми путем исследований, которые затрагивают многообразные стороны физического воспитания ребенка и особенности формирования его двигательных навыков. Так, теория физического воспитания младших школьников содействует совершенствованию всей системы физического воспитания.

Главными задачами физического воспитания детей данной категории являются:

- охрана жизни и укрепления здоровья;
- закаливание детского организма;
- укрепление опорно-двигательного аппарата;
- формирование правильной осанки;
- развитие всех групп мышц;
- укрепление дыхательной системы;
- развитие подвижности грудной клетки;
- способствование правильному функционированию внутренних органов, уравновешенности процессов возбуждения и торможения, их подвижности;
- совершенствование двигательного анализатора органов чувств (зрения, слух и др.);
- способствование усилению кровотока.
- воспитание физических способностей (координационных, скоростных и выносливости).

Младшим школьникам важно говорить о важности физического воспитания. Дети должны знать, что занятия спортом являются полезными и много значат для укрепления общего здоровья человека. Также очень важно прививать любовь к занятиям физической культурой. В этом вопросе важную роль играет момент заинтересованности ребенка. Просто заставлять ребенка делать упражнения или сдавать нормативы не является правильным решением. Не стоит забывать и о том, что физическое воспитание помогает не только развивать мышцы и формировать общее здоровье ребенка, а еще и помогает воспитывать ребенка умственно и эмоционально. Физические упражнения помогают воспитывать внимание, концентрированность и устойчивость.

Всем известно, что современные школьники не особо спешат на уроки физкультуры, так как им попросту не нравится выполнять какие-то определенные нормативы под секундомер учителя. И не является количество подтягиваний, сделанных учеником, признаком его физического полного здоровья. И тоже самое касается гибкости у девочек. Кому-то задатки быть гибкой даны, а кому- то и нет.

Современные уроки физкультуры должны быть интересными, увлекающими и стимулирующими интерес к здоровому способу жизни. Согласитесь, что ученикам гораздо

интересней будет выполнять какие- либо фитнесс- упражнения под ритмичную музыку, чем делать нудные приседания на оценку.

Подход к физическому воспитанию и спорту сегодня должен быть инновационным. Тем более, что результаты экспериментов по внедрению современных элементов на уроках физкультуры, показывают положительную динамику. Наиболее интересными современными образовательными технологиями на уроках физкультуры в начальной школе являются технология здоровьесбережения, метод проектов и игровая технология. Все перечисленные технологии можно объединить единой целью – всестороннее эмоционально-физическое развитие младшего школьника.

Здоровьесберегающие образовательные технологии являются самыми значимыми из всех технологий по степени влияния на здоровье учащихся, так как основаны на возрастных особенностях познавательной деятельности детей, оптимальном сочетании двигательных и статических нагрузок, обучении в малых группах, использовании наглядности и сочетании различных форм предоставления информации.

Педагогическая технология здоровьесбережения в педагогической деятельности включает в себя: знакомство с результатами медицинских осмотров детей; их учёт в учебно-воспитательной работе; помощь родителям в построении здоровой жизнедеятельности учащихся и семьи в целом; создание условий для заинтересованного отношения к учёбе. Одним из главных направлений здоровьесбережения считается создание здорового психологического климата на уроках.

Игровая технология. Практика показывает, что применение игровых технологий с учетом возрастных особенностей не теряет актуальности. Каждому возрасту соответствует свой набор игр, хотя бывают и исключения. Игровая технология является уникальной формой обучения, которая позволяет сделать обычный урок интересным и увлекательным.

Ценность игровой деятельности заключается в том, что она учитывает психолого-педагогическую природу ребенка, отвечает его потребностям и интересам. Игра формирует типовые навыки социального поведения, специфические системы ценностей, ориентацию на групповые и индивидуальные действия, развивает стереотипы поведения в человеческих общностях.

Игровая деятельность на уроках в младшей школе дает возможность повысить у обучающихся интерес к учебным занятиям. Позволяет усвоить большее количество информации, основанной на примерах конкретной деятельности, моделируемой в игре, помогает ребятам в процессе игры научиться принимать ответственные решения в сложных ситуациях.

Метод проектов. Метод проектов позволяет решать сразу несколько задач:

- развитие личностных компетентностей обучающихся;
- интегрированность процесса обучения.

Проекты на уроках физкультуры - это проекты по исследованию влияний физической культуры на организм человека, по исследованию истории спорта, подготовке и проведению соревнований и спортивных праздников и т.д.

Применение технологии проектного обучения сделает учебный процесс более увлекательным для учащихся: самостоятельный сбор обучающимися материала по теме, теоретическое обоснование необходимости выполнения того или иного комплекса физических упражнений или овладения теми или иными физическими умениями и навыками для собственного совершенствования, воспитания волевых качеств.

У обучающихся при разработке собственного проекта закладываются основы знаний в применении разнообразных методик поддержания здоровья и физического совершенствования. То есть получается, что физическое развитие не всегда заключается только в выполнении физических нагрузок. Если ребенок во время работы над проектом получает новые для себя знания в области физкультуры – он может их использовать в будущем с той же целью физического развития. К примеру, если суть проекта заключается в изучении влияния утренней гимнастики на развитие гибкости, то ребенок, узнав о положительном влиянии, воспользуется полученными знаниями и начнет выполнять утреннюю гимнастику. Таким образом, теоретические знания переходят в практическое исполнение.

Повышением качества здоровья и развития двигательной системы, занятия с применением инновационных технологий развивают у подрастающего поколения такие качества как настойчивость и стремление к достижению высоких результатов. Также стоит отметить, что уроки физической культуры с использованием инновационных методов проводятся, как правило, под музыкальное сопровождение, что также положительно влияет и на психоэмоциональное состояние подростков. Все это дает возможность обучающимся получать удовольствие от занятий, а достижение высоких результатов повышает их учебную мотивацию.

Физическая культура – важный предмет в школьной программе, вот только интерес к нему у школьников был низким очень долгое время. Современный мир и новые технологии, в том числе и образовательные, привели к тому, что изменились подходы к самой физической культуре и физическому развитию. В этом важную роль играет общество, в том числе и родители самих детей, которые часто своим примером показывают необходимость вести здоровый образ жизни, заниматься спортом [6, с. 46]. Ведь если ребенок слышит, что мама регулярно посещает спортивный зал или бегает по утрам и выглядит при этом хорошо – есть большая вероятность того, что и дочь, рано или поздно станет делать это вместе с ней. А если так, то и уроки физкультуры перестанут быть для нее скучными и неинтересными.

В добавок к домашнему примеру, если учитель физкультуры будет стараться разнообразить уроки и делать из интересными, то мы сможем увидеть, что отношение школьников к физкультуре станет крайне положительным. А это уже приведет к тому, что подрастающее поколение будет более здоровым и сильным, как в физическом плане, так и в эмоциональном.

Окружающий мир не стоит на месте. В условиях современного развития во всех сферах требуется постоянное движение вперед. Другими словами, все отрасли требуют инновационных и современных подходов. Не исключением является и спортивно-оздоровительная сфера, которая тесно связана с всеобщим развитием страны.

Список использованной литературы

1.Бабичева, И. В. Физкультурно-оздоровительные технологии на занятиях по физическому воспитанию [электронный ресурс] // Молодой ученый. — 2014. — №18. — С. 65-67.

2.Филимонов, А. А. Новые технологии на уроках физической культуры / А.А. Филимонов // Проблемы педагогики. – 2015. – № 3. – С. 29-33.

3.Демченко, С. В. Эффективность применения информационно-коммуникационных технологий при обучении младших школьников технике прыжка в длину с места / С.В. Демченко, А.Н. Корольков // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2017. – Т. 143. –№ 1. – С. 54-60.

4. Рустамов, Л. Х. (2013). Источники и этапы развития теории и методики физического воспитания. *Педагогика и современность*, (3), 69-76.

5. Рустамов, Л. Х., Утанов, Т. А., & Нигманов, Б. Б. (2015). Назначение и задачи профессионально-прикладной физической подготовки будущих учителей. *Молодой ученый*, (11), 1476-1478.

6. Рустамов, Л. Х. (2013). Физическая культура и ее влияние на организм человека. In *Актуальные вопросы современной науки* (pp. 99-103).

7. Рустамов, Л. Х., & Зайниддинов, Т. Б. (2013). Основные средства физической культуры и классификация упражнений. *Педагогика и современность*, (5), 137-140.

WORDLY
KNOWLEDGE