

Самусенкова Елена Игоревна,
Старший преподаватель кафедры физического воспитания,
РГХПУ имени С.Г. Строганова, Москва, Россия

Чимитова Аяна Тимуровна,
Студентка РГХПУ имени С.Г. Строганова,
3 курс «Коммуникативного дизайна»

ИННОВАЦИИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ: ПОВЫШЕНИЕ ЗНАЧИМОСТИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ

Аннотация: В данной статье рассматривается актуальность и значимость инноваций в области физического воспитания студентов с целью повышения здоровьесберегающих технологий. Предполагается, что результаты исследования помогут преподавателям физической культуры и спорта, а также спортивным тренерам качественно улучшить образовательный и воспитательный процесс.

Ключевые слова: физическое воспитание, здоровьесберегающие технологии, педагогические инновации, спорт, здоровый образ и стиль жизни.

1. Введение

Физическое воспитание играет ключевую роль в формировании здорового образа жизни обучающихся, однако современные технологии и изменения в образе жизни детей и студенческой молодежи требуют постоянного обновления методик и подходов к физическому воспитанию. Цели и задачи исследования – анализ существующих инноваций, разработка новых здоровьесберегающих технологий и выработка рекомендаций по их внедрению в образовательный процесс.

2. Обзор литературы

Инновации представляют собой внедряемые либо уже внедрённые новшества, обеспечивающие увеличение продуктивности и результативности процессов, улучшение качества деятельности либо её результатов за счёт использования новых относительно имеющегося базиса методов, идей, приёмов и способов [3]. Инновационная деятельность в сфере ФКиС занимает одну из лидирующих позиций, поскольку является важным элементом национальной экономики страны, ориентированной на реформацию спортивных организаций и обществ под воздействием инновационных процессов в целях удовлетворения общественных потребностей [5]. Современные инновационные технологии – это педагогические технологии нового поколения [4].

3. Методология исследования

Методология исследования в данной работе включает в себя несколько этапов. В начале проводился анализ существующих инноваций в области физического воспитания, спорта и здоровьесберегающих технологий. Это позволило выявить успешные практики и определить те области, которые требуют дальнейших усовершенствований. Далее разрабатывались новые технологии и методики, направленные на повышение эффективности физического воспитания и улучшение здоровья студентов. В итоге были сформулированы рекомендации для широкого внедрения инноваций в практику физического воспитания и спорта. Таким образом, методология исследования в данной работе предполагает комплексный подход к изучению, разработке и внедрению инноваций в области физического воспитания и спорта с целью повышения значимости здоровьесберегающих технологий.



4. Результаты исследования

При разработке инновационных технологий и методов важна комплексность, заключающаяся в охвате всех компонентов учебно-воспитательного процесса [1]. Помимо этого, важную роль играет ориентированность на уровень физкультурно-валеологических знаний, работоспособность, физическое развитие, психическое здоровье и подготовленность организма.

В современной практике в сфере ФКиС наибольшую популярность имеют следующие инновационные технологии:

1. Методология спортивно-видового подхода основана на занятиях спортом с использованием научно-методических разработок, способствующих удовлетворению индивидуальных потребностей и формированию у занимающихся спортивной культуры.

2. Рейтинговый подход стимулирует студентов к получению высоких баллов, улучшению физических качеств при активном участии в спортивной и оздоровительной деятельности.

3. Интеллектуализация физического воспитания включает те упражнения, которые требуют активации интеллектуальных функций.

Анализ результатов исследований в области физического воспитания и здоровья студенческой молодежи помогает развивать эффективные методики и программы, которые способствуют улучшению физического здоровья и общего их благополучия. Таким образом, мы попытались сформулировать и разработать новые направления здоровьесберегающих технологий в физическом воспитании студентов. Сюда можно отнести:

1. Использование анимации, моделей с применением компьютера. Это делает возможным обучать студентов более наглядно, понятно и запоминающееся [2].

2. Использование дифференцированного подхода на занятиях физической культуры и спорта. В результате чего, можно укрепить здоровье, увеличив двигательную активность обучающихся, развить интерес к занятиям, предоставить возможность для реализации в нем каждому студенту.

3. Использование специальных устройств виртуальной реальности и программ для создания иммерсивного опыта тренировок, что также должно повысить мотивацию студентов и улучшить спортивные и профессиональные результаты.

4. Использование современных гаджетов, позволяющих отслеживать физическую активность, сердечный ритм и количество выполненных движений. Для этого применяются умные часы и браслеты. Это всецело помогает студентам с большей осознанностью подходить к практическим занятиям по физической культуре и спорту.

5. Использование интерактивных тренажеров с интерактивными экранами, играми и программами, которые делают тренировки более увлекательными и разнообразными.

6. Использование специальных видеокамер и программ для анализа техники и динамике движений обучающихся, что помогает выявить ошибки и улучшить эффективность тренировок.

7. Использование ресурсосберегающих технологий физического воспитания, которые должны устранить возможное негативное воздействие на организм в процессе обучения [7].

5. Выводы и рекомендации

Инновации в деятельности преподавателей физкультуры сегодня очень актуальны. К сожалению, количество студентов, имеющих отклонения в состоянии физического здоровья, с каждым годом растет. Ряд из них проявляют слабый интерес к физической активности. Поэтому для профессорско-преподавательского состава все более актуальным становится систематически внедрять новые методы преподавания [6]. В результате проведенного исследования нами были разработаны практические рекомендации по внедрению инноваций в образовательный процесс, такие как:



1. Регулярное проведение тренингов и семинаров для преподавателей физической культуры и спорта с целью обучения их новым методикам и технологиям.
2. Создание специальных учебных программ, учитывающих индивидуальные потребности студентов и включающих инновационные методики.
3. Внедрение новых технологий и оборудования для проведения занятий по физической культуре и спорту, таких как интерактивные тренажеры и специализированные приложения для мониторинга физической активности обучающихся.
4. Организация спортивных соревнований и мероприятий, стимулирующих активное участие студентов в спортивной и оздоровительной деятельности.
5. Проведение консультаций со студентами о важности их здорового образа жизни и методах его поддержания.
6. Разработка и внедрение системы мониторинга и оценки физической подготовленности и компетенции студентов с использованием современных методов и технологий.

Список литературы:

1. Карбанова О.Н., Бородулин П.С., Трескин М.Ю. Теоретические и методические основы инновационной деятельности в преподавании физической культуры / Проблемы современного педагогического образования. – 2019. – № 62-2. – С. 107-110.
2. Кленикова, В.А. Интегрированная система обучения как средство подготовки студентов к исследовательской деятельности: дис.... канд. пед. наук/В.А. Кленикова. -М.: МГИУ, 2003. -150 с.
3. Кудратова Л.А. Развитие инновационного менеджмента в сфере физической культуры и спорта / Наука и образование сегодня. – 2019. – № 4 (39). – С. 96-97.
4. Педагогика / Под ред. П.И. Пидкасистого. М., 2002. С. 39–40.
5. Саидова М.Х., Абдулоев А.Б. Развитие инновационной деятельности в сфере физической культуры и спорта в республике Таджикистан / Вестник Таджикского государственного университета права, бизнеса и политики. Серия общественных наук. – 2017. – № 4 (73). – С. 92-101.
6. Aasland, E., Engelsrud, G., & Walseth, K. (2019). The constitution of the “able” and “less able” student in physical education in Norway. *Sport Education and Society*, 25 (5), 479-492.
7. Walseth, K., Aartun, I., & Engelsrud, G. (2017). Girls’ bodily activities in physical education how current fitness and sport discourses influence girls’ identity construction. *Sport, Education and Society*, 22 (4), 442-459.

