

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра спортивных дисциплин

**«ВЛИЯНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ИННОВАЦИЙ В ОБЛАСТИ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА ФИЗИЧЕСКУЮ
ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ШКОЛЬНИКОВ 16-17 ЛЕТ»**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 5 курса 512 группы
направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование
профиль «Физическая культура»

Института физической культуры и спорта

Кафидовой Кристины Сергеевны

Научный руководитель
Старший преподаватель

И.А. Глазырина

Зав. кафедрой
кандидат педагогических наук, доцент

В.Н. Мишагин

Саратов 2021

ВВЕДЕНИЕ

Сегодня общеобразовательные учреждения выступают важным социальным институтом, где новое поколение приобретает знания в научной, социальной, адаптивной, психологической и прочих областях для успешной социализации и адаптации в жизни. Нельзя минимизировать роль школы и в вопросе физического воспитания детей, так как до определенного возраста одним из важных координаторов и наставников в области физического развития выступает преподаватель по физической культуре.

Согласно главным принципам развития содержания образования в плоскости физической культуры, учебная дисциплина «Физическая культура» выступает одним из видов культуры человека и общества, у истоков которого находится двигательная (физкультурная) активность. Данная деятельность характеризуется целенаправленным воздействием на объект с целью развития и совершенствования духовных и природных сил человека.

Образовательная область «Физическая культура» в соответствии с федеральными стандартами реализации физического воспитания в школе должна формировать у обучающихся стойкую мотивацию к двигательной активности с целью пробуждения потребности в бережном отношении к своему здоровью, в том числе с использованием инновационных подходов в данном вопросе.

Отличительно новым направлением инновационного развития современной школы является федеральный государственный образовательный стандарт (ФГОС) второго поколения. При реализации этого стандарта приоритетом общего образования становится формирование универсальных учебных действий, уровень усвоения которых в значительной мере предопределяет успешность последующего обучения обучающихся. В системе образования возникают методы, формирующие умения самостоятельно добывать новые знания, собирать необходимую информацию, выдвигать гипотезы, делать выводы и умозаключения. Общая дидактика и частные методики в рамках учебного предмета призывают решать проблемы, связанные с развитием у школьников умений и навыков самостоятельности саморазвития. А это предполагает поиск новых форм и методов обучения, обновление содержания образования

Тема инноваций в педагогической деятельности учителей по физической культуре также очень актуальна на сегодняшний момент. К сожалению, согласно многим социологическим исследованиям количество учеников, которые освобождены от занятий физической культурой не по причине физического ограничения, увеличивается. Интерес к занятиям физической культурой в частности у старшеклассников стабильно держится на низком уровне, вследствие чего интересы у подрастающего поколения сводятся к формам досуга, который наносит вред молодому организму как физически, так и морально.

На наш взгляд сегодня как никогда важно обратить внимание на проблему организации уроков по физической культуре и использования инновационных форм и методов в процессе физического воспитания в школе, так как вес обучающихся, приобретающих интернет-зависимость, никотиновую зависимость, влекущие за собой диванные формы поведения, растет с каждым годом. Большинство школьников не видят интереса в данном предмете, поэтому для учителей становится все более актуально вводить новые методики занятий, оценок в свои уроки, чтобы заинтересовать учащихся.

Именно поэтому **целью нашего исследования мы определили** экспериментально обосновать эффективность методики организации урока посредством инновационных форм воздействия на физическое развитие старшеклассников.

Объектом исследования является – процесс физического воспитания старшеклассников 16-17 лет в образовательном учреждении.

Предметом выступили инновационные методы и формы организации урока, направленные на развитие физической подготовленности детей.

Гипотеза исследования: предполагается, что изменения и дополнения в образовательный процесс по организации уроков по предмету «Физическая культура» путем внедрения педагогических инноваций и специальных упражнений, помогут привить интерес к занятиям физической культурой и улучшить общую физическую подготовленность старшеклассников.

Исходя из цели выпускной квалификационной работы, были поставлены **задачи**:

1. Изучить особенности проявления педагогических инноваций в образовательных учреждениях и определить их место в процессе физического воспитания детей.
2. Выявить особенности современного преподавания физической культуры в школе и дать им общую характеристику.
3. Изучить анатомо-физиологическое развитие старшеклассников и влияние на организм тренировочного процесса.
4. Оценить воздействие методики с применением педагогических инноваций на физическое развитие старшеклассников путем организации урока посредством специальных технологий.

В основе рабочей гипотезы лежат исследования многих авторов, теоретическая и практическая значимость которых заключалась в эффективной организации физического воспитания детей в школах, спортивных секциях (Богатова, И.Б., Иванченко В.Н., Лазарев В. С. и др.). По их мнению, совершенствование данного направления способствует решению важных задач по укреплению здоровья, повышение уровня физической подготовленности старшеклассников до уровня, позволяющего осваивать нормативные требования комплекса ГТО.

Новизна исследования: автором были проанализированы современные, инновационные формы проведения урока, внедрены в стандартный учебный

процесс специальные упражнения, направленные на развитие физических качеств с целью повышения уровня физической подготовленности.

Методы, используемые в данной работе:

1. Анализ научно – методической литературы.
2. Тестирование.
3. Анкетирование
4. Педагогическое (статистическое) наблюдение.
5. Метод математической статистики.
6. Педагогический эксперимент.

Проведенное исследование было организовано на базе муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Гимназия №1 имени Героя Советского Союза Дмитрия Захаровича Тарасова» в г. Балаково в период с сентября 2020 года по апрель 2021 года.

В эксперименте приняло участие 30 школьников 16-17 лет из 11 класса. Сформированные группы имели примерно одинаковое количество юношей и девушек в классах: для контрольной группы отобраны 15 человек; для экспериментальной группы также 15 человек из параллельного класса.

Исследовательская работа была разделена на несколько этапов и включала в себя следующее:

1. Анализ литературы и документов - сентябрь 2020 года.
2. Сбор информации о процессе физического воспитания подготовки старшеклассников в школе - сентябрь 2020 года.
3. Проведение первого тестирования для определения уровня физической подготовленности в двух группах – октябрь 2020 года (начало педагогического эксперимента).
4. Внедрение разработанной системы тренировок посредством использования педагогических инноваций в экспериментальную группу - октябрь 2020 года.
5. Проведение контрольного тестирования школьников по внедренной методике – март 2021 года (конец педагогического эксперимента).

С целью получения полной, объективной информации и для выявления и изучения проблемы физической подготовки детей в данном образовательном учреждении в начале педагогического эксперимента нами был организован анализ контрольно-отчетных документов образовательного процесса, где отслеживали посещаемость учеников и удовлетворенность старшеклассников преподаваемым предметом.

Также в начале педагогического эксперимента мы провели опрос среди учащихся 10-11 классов на тему удовлетворенности предметом «Физическая культура» и использованию инновационных технологий в учебном процессе по физической культуре. Ответы респондентов помогли нам определить направление организации уроков в экспериментальной группе.

В эксперименте приняло участие 30 школьников 16-17 лет из 11 класса. Сформированные группы имели примерно одинаковое количество юношей и

девушек в классах: для контрольной группы отобраны 15 человек; для экспериментальной группы также 15 человек из параллельного класса.

Согласно основной образовательной программе МАОУ «Гимназия №1» в г. Балаково в рамках изучения учебного предмета «Физическая культура» на уровне основного общего образования выпускник на базовом уровне должен уметь владеть техникой выполнения тестовых испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для определения уровня его физического развития. По этой причине в контрольных испытаниях мы использовали нормативы 5 ступени ГТО для 16-17 лет.

На начало исследования контрольные и экспериментальные группы практически не отличались показателями. Подтверждение данного факта основывалось на анализе журнала посещаемости и после проведения первого тестирования на определение уровня физической подготовленности ребят в двух группах. Так в таблице ниже приведено.

Таблица 1 - Результаты тестирования контрольной группы в начале эксперимента

| Нормативы № | Бег 100 м. (сек) | Бег 2 км и 3 км. (мин.) | Челночный бег 3х10 (сек.) | Прыжки в длину (см.) | Подтягивание (кол-во) | Наклоны (см) | Поднимание туловища (кол-во в 1 | Метание (м.) | Стрельба (очки) |
|----------------|------------------|-------------------------|---------------------------|----------------------|-----------------------|--------------|---------------------------------|--------------|-----------------|
| 1.Юноша | 18,3 | 17,1 | 10,0 | 170,3 | 6 | 12 | 28 | 7,6 | 18 |
| 2. Юноша | 17,9 | 11,8 | 8,6 | 168,2 | 7 | 13 | 33 | 8,7 | 21 |
| 3. Юноша | 17,6 | 11,9 | 10,3 | 160,4 | 5 | 9,6 | 26 | 5,8 | 19 |
| 4.Девушка | 17,3 | 15,0 | 12,0 | 159,2 | 3 | 10 | 24 | 4,9 | 13 |
| 5.Юноша | 17,8 | 11,9 | 9,9 | 159,2 | 6 | 9,5 | 25 | 5,2 | 20 |
| 6.Юноша | 18,3 | 11,8 | 8,6 | 168,2 | 7 | 13 | 33 | 8,7 | 21 |
| 7.Девушка | 17,9 | 11,8 | 8,8 | 167,5 | 7 | 13 | 31 | 7,9 | 26 |
| 8. Юноша | 14,6 | 15,2 | 11,4 | 173,4 | 9 | 6 | 30 | 11,9 | 20 |
| 9. Девушка | 15,6 | 17,2 | 9,3 | 180,3 | 7 | 6 | 32 | 12,9 | 21 |
| 10. Девушка | 13,8 | 13,5 | 8,6 | 185,9 | 11 | 7,5 | 30 | 13,5 | 18 |
| 11.Юноша | 16,2 | 15,9 | 9,8 | 175,2 | 8 | 9 | 31 | 10,5 | 25 |
| 12. Юноша | 14,2 | 13,9 | 7,8 | 190,6 | 11 | 7,4 | 30 | 14,6 | 17 |
| 13. Девушка | 13,8 | 14,9 | 9,1 | 190,8 | 10 | 6 | 27 | 16,8 | 20 |
| 14. Девушка | 14,9 | 17,1 | 12,1 | 186,1 | 10 | 7 | 32 | 18,1 | 11 |
| 15. Девушка | 17,2 | 16,0 | 8,4 | 169,3 | 6 | 5,6 | 24 | 12,3 | 23 |
| M+δ | 16,4 ±1,2 | 14,3± 2,06 | 9,6±0, 5 | 173,6±5, 1 | 7,5±2, 15 | 8,9±2,2 | 29±2,9 | 10,6 ±2,9 | 20±3 ,1 |

Таблица 2 - Результаты тестирования экспериментальной группы в начале эксперимента.

| Нормативы № | Бег 100 м. (сек) | Бег 2 км и 3 км. (мин.) | Челночный бег 3х10 (сек.) | Прыжки в длину (см.) | Подтягивание (кол-во) | Наклоны (см) | Поднимание туловища | Метание (м.) | Стрельба (очки) |
|----------------|------------------|-------------------------|---------------------------|----------------------|-----------------------|--------------|---------------------|--------------|-----------------|
|----------------|------------------|-------------------------|---------------------------|----------------------|-----------------------|--------------|---------------------|--------------|-----------------|

| | | | | | | | | | |
|-------------|----------------------|--------------------|---------------------|-----------------------|--------------|---------------------|--------------------|--------------------|--------------------|
| 1.Девушка | 18,8 | 11,9 | 9,6 | 159,2 | 6 | 9,5 | 25 | 5,2 | 20 |
| 2.Юноша | 13,8 | 14,9 | 9,1 | 179,8 | 10 | 6 | 27 | 16,8 | 20 |
| 3.Девушка | 17,1 | 12,1 | 9,00 | 160,3 | 4 | 9,3 | 28 | 6,4 | 18 |
| 4.Юноша | 17,9 | 11,8 | 8,6 | 168,2 | 7 | 13 | 33 | 8,7 | 21 |
| 5.Юноша | 17,9 | 11,8 | 8,8 | 167,5 | 7 | 13 | 31 | 7,9 | 26 |
| 6.Девушка | 17,9 | 17,1 | 10,5 | 170,3 | 6 | 12 | 28 | 7,6 | 18 |
| 7. Девушка | 17,3 | 15,0 | 12,0 | 159,2 | 3 | 10 | 24 | 4,9 | 14 |
| 8. Юноша | 16,2 | 15,9 | 7,8 | 175,2 | 8 | 5 | 28 | 10,5 | 25 |
| 9. Девушка | 17,2 | 16,0 | 8,4 | 169,3 | 6 | 5,6 | 26 | 12,3 | 25 |
| 10. Девушка | 14,9 | 15,2 | 8,4 | 173,4 | 9 | 6 | 30 | 11,9 | 24 |
| 11. Юноша | 18,6 | 11,9 | 10,3 | 160,4 | 5 | 9,6 | 26 | 5,8 | 19 |
| 12. Девушка | 15,6 | 16,2 | 8,3 | 180,3 | 6 | 6 | 32 | 12,9 | 21 |
| 13. Девушка | 14,9 | 16,1 | 8,1 | 186,1 | 9 | 7 | 33 | 18,1 | 19 |
| 14. Юноша | 13,9 | 13,5 | 7,6 | 185,9 | 11 | 7,5 | 30 | 13,5 | 18 |
| 15. Юноша | 14,2 | 14,9 | 7,8 | 190,2 | 9 | 7,4 | 34 | 14,6 | 17 |
| М+δ | 16,2±1, 3 | 14±1 ,5 | 8,9±0, 6 | 172,3±5 ,3 | 7±2,1 | 8,6±2, 6 | 29±2, 8 | 10,5 ±3 | 20± 3,7 |

Сравнительный анализ результатов тестирования наглядно иллюстрирует недостаточный уровень силовой подготовленности старшеклассников и незаинтересованность со стороны старшеклассников. Видно, что большая часть школьников не смогли справиться с первым тестированием. Между старшеклассниками контрольной и экспериментальной групп в начале эксперимента по всем показателям достоверных различий выявлено не было. Ни один старшеклассник не показал отличных результатов по всем нормативам, что говорит о несистематическом подходе в занятиях физической культурой, нерегулярном занятии спортом и нежеланием развивать свои способности в рамках предмета «Физическая культура».

Проведение второго тестирования проходило в марте 2021 года и позволило нам получить те результаты в экспериментальной группе, которые мы ожидали в начале эксперимента. Изменения и дополнения, которые мы внесли в образовательный процесс по организации уроков по предмету «Физическая культура» путем внедрения специальных упражнений,

направленных на развитие физических качеств, помогли развить и улучшить общую физическую подготовленность старшеклассников, а также подготовить ребят к успешной сдаче нормативов комплекса ГТО.

В основе внедренной экспериментальной методике лежали средства педагогических инноваций, которые включали в себя следующие формы проявлений:

1. Мультимедиа — это интерактивная система, обеспечивающая работу с неподвижными изображениями и движущимся видео, анимированной компьютерной графикой и текстом, речью и высококачественным звуком. Визуальная насыщенность учебного материала сделала его ярким, убедительным, способствовала лучшему его усвоению и запоминанию. Мультимедийный проектор на уроках физической культуры в нашем случае использовался при демонстрации информации в спортзале на стене для изучения учебного материала и техники упражнений. Важной особенностью использования данного инновационного средства являлось проведение активных dance-тренировок. Упражнения последовательно появлялись на экране под ритмичную музыку.

2. В реализации личностно ориентированного подхода у обучающихся формируется уверенность в своих силах, достоинство, самоуважение, а это является фундаментом воспитания и самовоспитания морально-волевых, нравственных, интеллектуальных качеств личности.

В личностно ориентированном образовании личность обучаемого занимает важное место. Основными субъектами, вовлеченными в осуществление данной методики, являются обучающиеся. Помимо деления обучающихся на основную, подготовительную и специальную группы, почти в каждом классе мы условно делили детей еще на несколько групп (категорий):

- дети, временно перешедшие в подготовительную группу из-за болезни;
- плохо физически развитые дети, которые боятся насмешек, замыкаются;
- хорошо физически развитые дети, которые могут потерять желание заниматься на уроках, если им будет очень легко и неинтересно.

Также нами была разработана индивидуальная карточка регистрации физического, психологического и социального состояния школьника с целью мониторинга происходящих изменений для корректировки программы тренировок.

3. Проектная технология на уроках физической культуры позволяет строить обучение на активной основе, посредством целенаправленного личного воздействия ученика на учебный процесс, сообразуясь с его личными интересами. Предоставление возможности каждому ученику занять место учителя и провести урок по заранее подготовленному им формату является эффективным инструментом повышения интереса к предмету и приобретения новых навыков во взаимоотношениях с одноклассниками и в ответственности перед коллективом. Составляя проект, ученик превращается из объекта в субъект обучения, самостоятельно учится и активно влияет на содержание

собственного образования. В этом случае он обучается посредством организации собственной деятельности. Такая работа дает возможность осознать, что уроки физической культуры развивают не только физически, но и интеллектуально.

4. В игровой модели учебного процесса создание проблемной ситуации происходит через введение игровой ситуации: проблемная ситуация проживается участниками в ее игровом воплощении, основу деятельности составляет игровое моделирование, часть деятельности учащихся происходит в условно-игровом плане. Использование видоизмененных игр из детства с увеличенной физической нагрузкой и использованием вспомогательного материала представляет собой игровую технологию, строящуюся как целостное образование, которое охватывало конкретную тематику – подготовка к сдаче нормативов ГТО (игра по станциям). В данную систему тренировок были включены последовательно игры и упражнения, позволяющие распределять нагрузку на все группы мышц. При этом игровой сюжет развивался параллельно основному содержанию обучения для активации учебного процесса и освоения ряда учебных элементов (определение подготовки к сдаче нормативов ГТО как основу в играх).

Проведение второго среза результатов тренировок по внедренной методике в марте 2021 года в экспериментальной группе показало результат, который надеялись получить в начале эксперимента.

После проведения педагогического эксперимента и повторного тестирования по той же программе стрелковой подготовки биатлонистов, мы провели анализ изменений, произошедших в ходе занятий по контрольной и экспериментальной методике, отдельно по каждой группе. Анализ полученных результатов по двум тестированиям позволил нам определить возможность определения эффективности разработанной методики.

Сравнительный анализ результатов практического тестирования показателей физической подготовленности между контрольной и экспериментальной группами после проведенного эксперимента показал, что в экспериментальной группе произошло заметное улучшение результатов сдачи нормативов. Тогда как в контрольной группе показатели практически остались неизменными. Для того, чтобы определить степень влияния нововведений на уроках физкультуры на девушек и на юношес, мы провели сравнение между юношами и девушками контрольной и экспериментальной групп. Хотя целью нашей работы было выявить влияние методики на общую физическую подготовленность всех детей, для нас стало так же интересно обратить внимание на гендерные отличия восприятия тренировок.

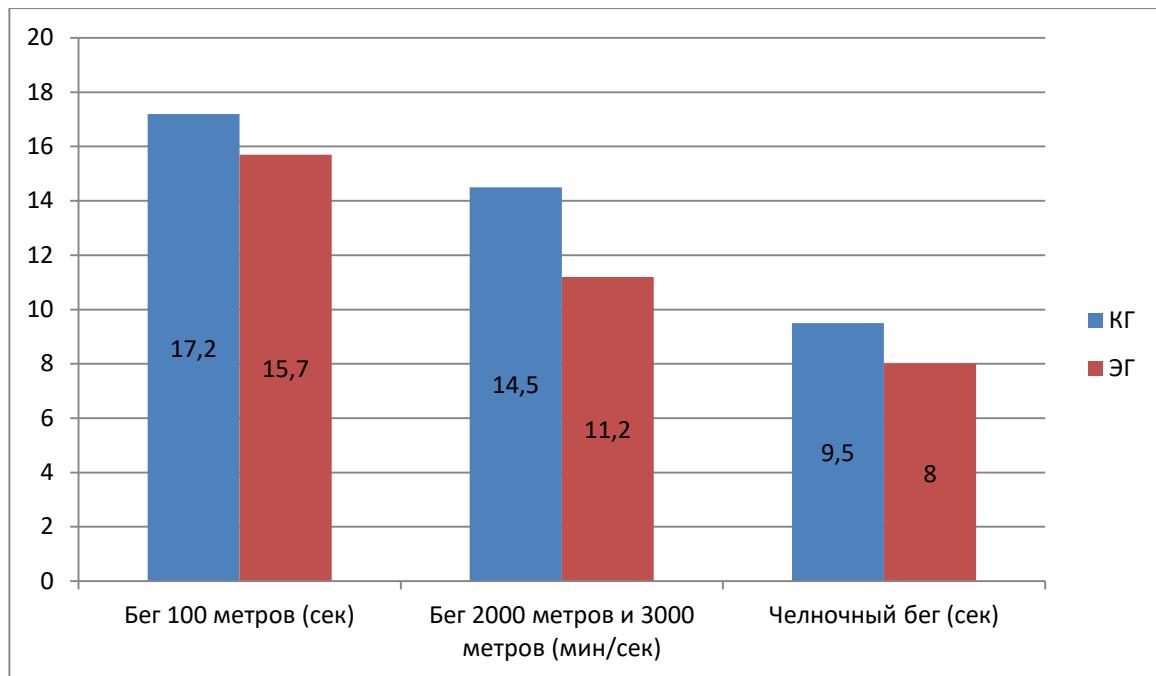


Диаграмма 2 – Сравнение результатов контрольных испытаний «Бег» между девушками в экспериментальной и контрольной группах в и конце эксперимента.

По полученным результатам мы видим, что девушки из экспериментальной группы в значительной степени показали результат лучше, чем девушки из контрольной группы. У 60% девушек в контрольной группе результат практически не изменился, а у оставшихся 40% - ухудшился. Тогда как в экспериментальной группе девушки показали отличный результат по данному нормативу и проявили свои качества выносливости, силы и скорости.

Что касается юношей, то эффект от нововведений в экспериментальной группе похож на результативность девушек. В отличие от девушек, парни из экспериментальной группы в 1,5 раза (80% юношей) улучшили свои показатели, активно проявили себя в нормативе бег на 3 км, тем самым продемонстрировав улучшение скоростно-силовых качеств. Положительная тенденция в беге на 100 м: результат в экспериментальной группе улучшился на 4,3 %.

В испытании бег 3000 м у школьников экспериментальной группы результат улучшился на 8,5%, в контрольной группе также заметны небольшие изменения в лучшую сторону на 4%.

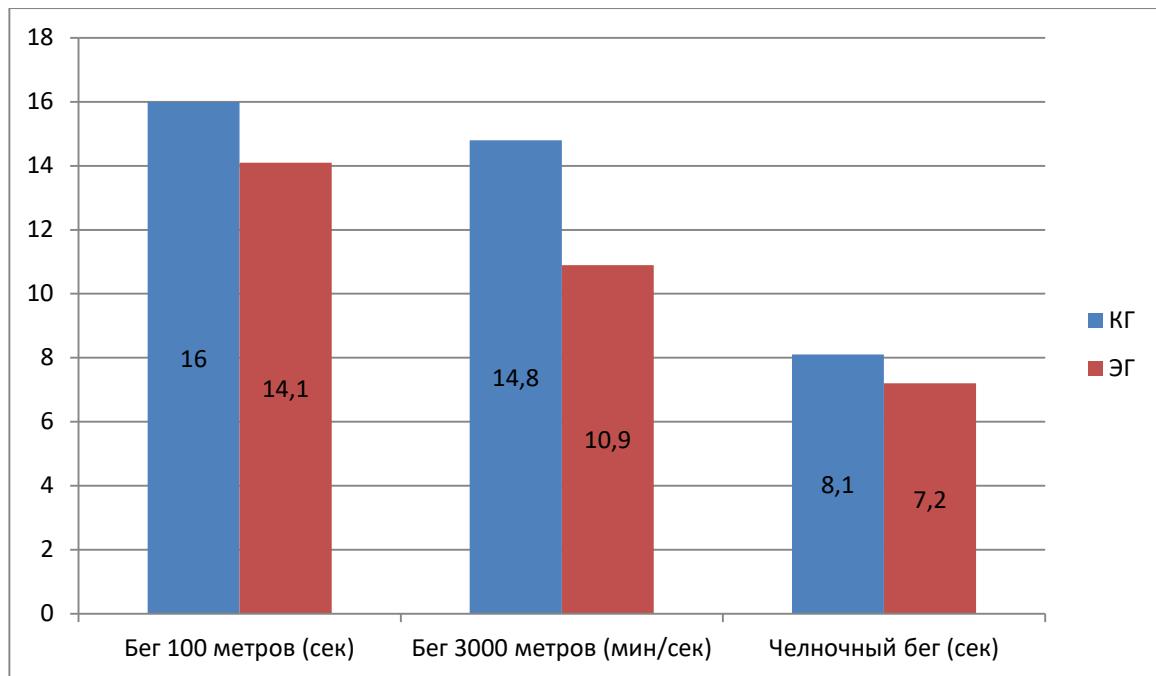


Диаграмма 3 – Сравнение результатов контрольных испытаний «Бег» между юношами в экспериментальной и контрольной группах в и конце эксперимента.

Результаты контрольной группы между первым тестированием и последним, были подвержены небольшим улучшениям. Дух соперничества с экспериментальной группой и стремление показать себя показали свои результаты.

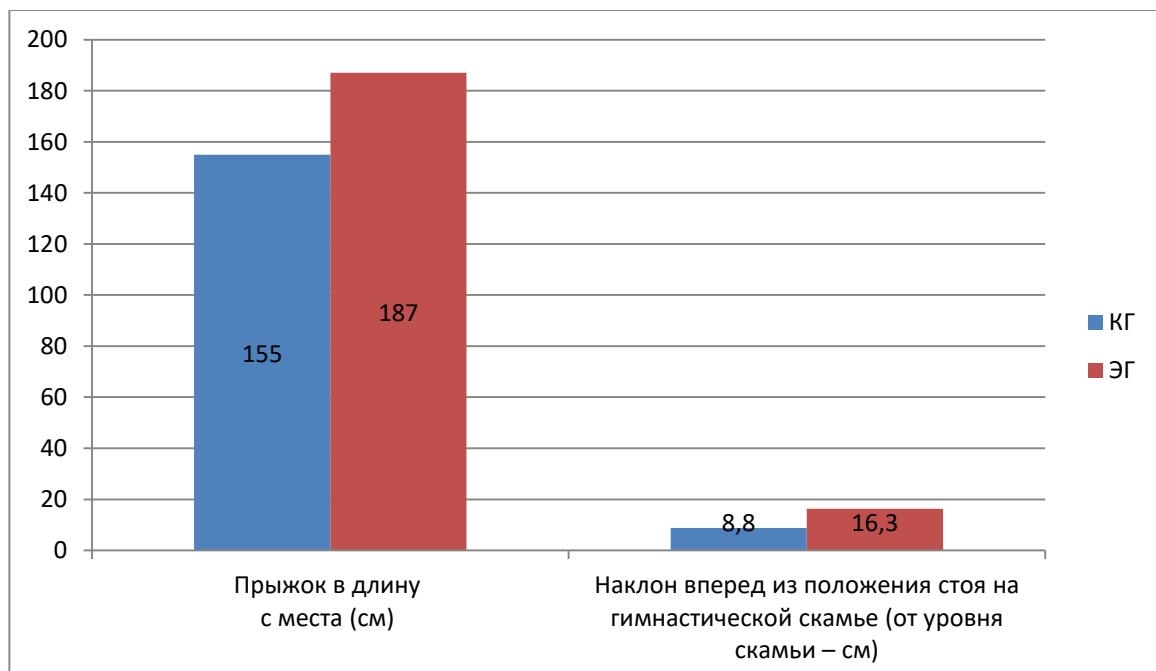


Диаграмма 4 – Сравнение результатов контрольных испытаний «Прыжок в длину с места (см)» и «Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см)» между девушками в экспериментальной и контрольной группах в и конце эксперимента.

Норматив прыжок в длину с места у старшеклассниц экспериментальной группы улучшился на 10,3%, тогда как в контрольной группе значения цифры изменились в лучшую сторону лишь на 1,1%. В группе парней произошла идентичная ситуация. Со стороны ребят из контрольной группы не было замечено усердных стараний при сдаче норматива. По-прежнему незаинтересованность со стороны школьников влияет на психологический настрой и активацию всего организма во время тренировочной деятельности.

Что касается проверки гибкости, то юношам пришлось сложнее, чем девушкам. Гибкие от природы, девушки в экспериментальной группе показали отличный результат, 90% девушек выполнили данный норматив на «золотой знак». Четко видно, что показатель гибкости в испытании на наклон в экспериментальной группе стал выше на 27,9%, в контрольной группе всего на 3%.

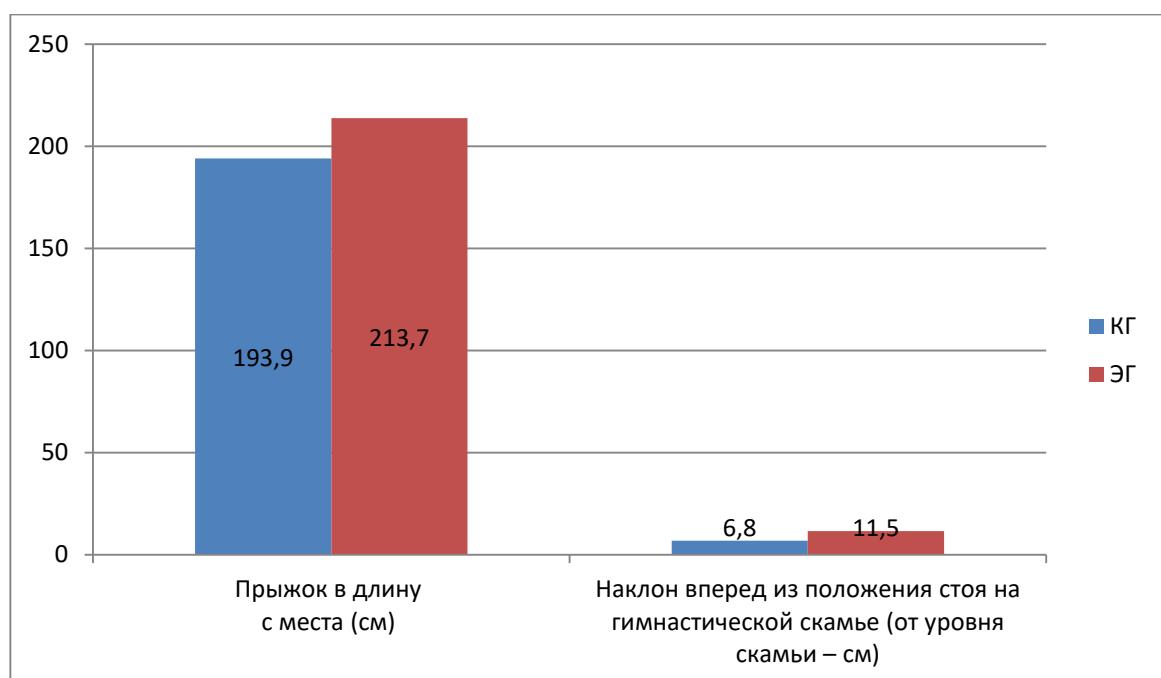


Диаграмма 5 – Сравнение результатов контрольных испытаний «Прыжок в длину с места (см)» и «Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см)» между юношами в экспериментальной и контрольной группах в и конце эксперимента.

Согласно диаграммам № 6 и № 7, в экспериментальной группе количество подниманий туловища (пресс) за 1 мин увеличилось на 32,7 % у девушек и на 38% у юношей. Показатели в контрольной группе остались на прежних значениях, в том числе 27% ребят ухудшили свои показатели на 1,2%.

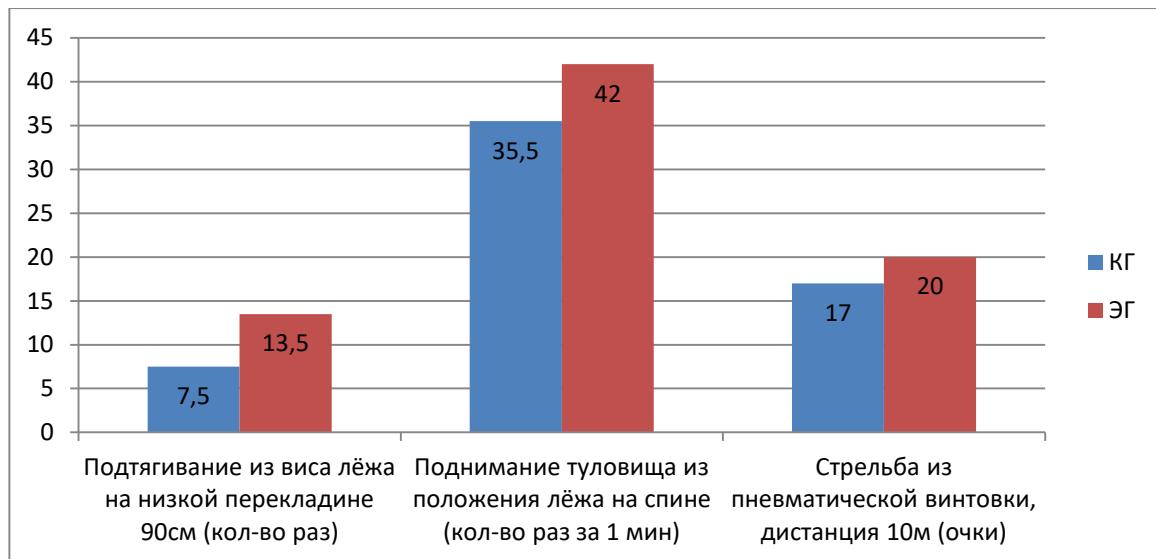


Диаграмма 6 – Сравнение результатов контрольных испытаний «Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90см (кол-во раз)», «Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1 мин)» и «Стрельба из пневматической винтовки, дистанция 10м (очки)» между девушками в экспериментальной и контрольной группах в и конце эксперимента

Показатели по стрельбе в контрольной группе остались практически на том же уровне, так как стрельба требует усердных регулярных тренировок, а юноши и девушки из данного класса регулярно пропускали занятия, что сильно влияет на системный подход организации физического воспитания. Школьники из экспериментального класса регулярно посещали занятия, где посредством игровой технологии мы поднимали уровень владения винтовкой и повышали навыки точности и вырабатывали процесс постепенной концентрации. В экспериментальном классе у девушек улучшился результат по стрельбе на 25%, у юношей – на 34%.



Диаграмма 7 – Сравнение результатов контрольных испытаний «Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)», «Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1 мин)» и «Стрельба из пневматической винтовки, дистанция 10м (очки)» между юношами в экспериментальной и контрольной группах в и конце эксперимента.

Что касается результатов тестового испытания - метание спортивного снаряда 500гр. и 700 гр., то прирост показателей среди девушек в экспериментальной группе составил 50%, а у юношей – 52%. Была проведена большая работа по развитию силовой подготовленности мышц рук и скоростно-силовых навыков. Показатели в контрольной группе по-прежнему остались неизменны.

Сравнительный анализ результатов практического тестирования показателей физической подготовленности между контрольной группой и экспериментальной группой после эксперимента выявил, что во всех практических тестах произошло достоверное улучшение результатов в экспериментальной группе, тогда как в контрольной группе достоверного улучшения результатов не наблюдалось.

Заключение

В связи с внедрением федеральных стандартов, в частности организации физического воспитательного процесса школьников, коренным образом изменилась система требований к результатам образовательного процесса. В первую очередь малоэффективной оказывается система консервативного определения урока в образовательных учреждениях, которая не приемлет новые средства и формы проведения урока. Ни смотря на то, что одной из целей государственной политики в области образования является «переход к устойчивому инновационному развитию российской системы образования», во многих образовательных учреждениях осталась традиционная система проведения урока.

Исследовав данное направление и проводя большую работу анализа данных научно работ, мы определили вектор своего педагогического эксперимента. На основе анализа литературных источников были выбраны и систематизированы специальные упражнения педагогических инноваций, которые мы внесли в образовательный процесс по организации уроков по предмету «Физическая культура» путем внедрения специальных упражнений, направленных на развитие физических качеств старшеклассников 16-17 лет.

По итогам проведенного эксперимента можно сказать, что система физического воспитания, должна объединять урочные внеклассные и внешкольные формы занятий физическими упражнениями и спортом, создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития физических способностей ребенка, должна повышаться мотивация к занятиям и устойчивая тенденция улучшения показателей физической подготовленности испытуемых.

Благодаря использованию информационно-коммуникационных технологий во время занятий был увеличен интерес к предмету, уменьшилось на 60% число прогульщиков и «часто болеющих» учеников.

Личностно – ориентированные технологии помогли выявить скрытие способности у учащихся, определить индивидуальные предпочтения в спорте и рекомендовать определенные направления физической активности.

Проектная и исследовательская деятельность в виде самоорганизации помогла сплотить коллектив и поднять проведение тренировок на новый уровень. Использование различных предложенных вспомогательных средств поспособствовали многочисленному повторению тяжело выполняемых физических элементов.

Игровые технологии – развили интерес к предмету и преподавателю

Перечисленные технологии нельзя отнести к источнику развития физических качеств школьников. Для нас они послужили инструментом привития старшеклассникам интереса к дисциплине и в последующем возможностью сочетать данные средства со стандартным комплексом упражнений организации урока «Физическая культура».

Помимо этого, в результате статистического анализа полученных данных, установлены достоверные улучшения всех показателей в экспериментальной группе, тогда как в контрольной группе достоверного улучшения результатов не было выявлено. В экспериментальной группе по всем показателям наблюдается положительная тенденция. 20% обучающихся сдали нормативы с отличием, 27% школьников потрудились на серебряный знак, также 27 % от общего числа по результатам сдачи получили бронзовый знак, оставшаяся часть старшеклассников (26%) свои показатели частично улучшила, но для получения значка необходимо еще потрудиться.

Главными итогами для нас стали не только статистически доказанное подтверждение нашей гипотезы, но, в первую очередь, обратная реакция от школьников, повышенный интерес к деятельности не только в урочное, но и во внеурочное время. Побуждая желание учащихся посещать занятия физической культуры и вводя в образовательный процесс инновационные средства, мы получаем не только соблюдение образовательных программ в виде регулярного посещения предмета и стабильного получения учебного материала, но и здоровое как физически, так и морально поколение молодых людей. Анализ полученных результатов позволил нам рекомендовать выбранное нами направление использования педагогических инноваций для развития физической подготовленности школьников.