КГУ "Средняя общеобразовательная школа № 1 имени Н.Г.Чернышевского"

«Инновационные технологии и искусственный интеллект на уроках физкультуры».

Учебное -методическое пособие

для учителей физической культуры

Семей 2025

Авторы: Гарикова М. Д., Камышев А. Г., Вололбуева Н. А.

Предназначено для учителей физической культуры и раскрывает современные подходы к организации занятий с использованием цифровых технологий и ИИ. В нем представлены методики применения интерактивных тренажеров, систем трекинга движений, виртуальной реальности и аналитики данных для повышения эффективности уроков. Пособие содержит практические рекомендации, упражнения и примеры интеграции инновационных решений в образовательный процесс.

Введение

С учетом стремительного развития технологий образовательный процесс неизбежно претерпевает изменения. Физическая культура, как одна из основ здоровья и развития личности, также не остается в стороне от внедрения инновационных технологий и искусственного интеллекта (ИИ). В данном учебном-методическом пособии рассмотрено, как современные инструменты влияют на уроки физкультуры в внутри общеобразовательной школе и как они могут улучшить обучение и мотивацию учащихся.

**Инновационные технологии в физкультуре.**

**На многих уроках нам учителям физической культуры приходится сталкиваться с многообразием разных видов спорта, в которых учителя не всегда идеальны.**

**Барьерные факторы могут быть разные: физические возможности, наличие серьезных травм, натренированность, отсутствие идеальной техники выполнения и малый жизненного опыта.**

**Все эти факторы мешают мотивационной базе учащихся заниматься физической культурой, примеры бывают разные, но самые яркие: учитель показывает технику выполнения с слабой натренированностью и не достигает ожидаемый результат или получает травму, что приводит детей к сомнению к выполнению действий или появлению страха перед выполнением, что очень сложно в дальнейшем перевоспитать.**

**Но эпоха технологий дает нам шанс научить детей выполнять разнообразный аспект техник и упражнений, не боясь за свое и детей здоровье, без страха и сомнений приступают к действию.**

**Содержание.**

1. **Инновационные технологии в физкультуре.**
2. **В чем Помощь разных ИИ?**
3. **Развлекательные платформы = Образовательные платформы?**
4. **Виртуальной реальности (VR) и дополненная реальность (AR).**
5. **Интерактивные приложения и носимые устройства.**
6. **Преимущества применения инновационных технологий и ИИ.**
7. **Инновационные технологии в физкультуре.**

**На многих уроках нам учителям физической культуры приходится сталкиваться с многообразием разных видов спорта, в которых учителя не всегда идеальны.**

**Барьерные факторы могут быть разные: физические возможности, наличие серьезных травм, натренированность, отсутствие идеальной техники выполнения и малый жизненного опыта.**

**Все эти факторы мешают мотивационной базе учащихся заниматься физической культурой, примеры бывают разные, но самые яркие: учитель показывает технику выполнения с слабой натренированностью и не достигает ожидаемый результат или получает травму, что приводит детей к сомнению к выполнению действий или появлению страха перед выполнением, что очень сложно в дальнейшем перевоспитать.**

**Но эпоха технологий дает нам шанс научить детей выполнять разнообразный аспект техник и упражнений, не боясь за свое и детей здоровье, без страха и сомнений приступают к действию.**

1. **В чем Помощь разных ИИ?**

**Мы можем создавать текста если мы правильно и обширно разъясним описание действий, то сможем создать к ним и видео контент, который сможет описать технику правильного выполнения, но в визуальном действии, а с дополнением методических рекомендаций для каждого учащегося мы сможем использовать принцип индивидуальности в полной мере.**

1. **Развлекательные платформы = Образовательные платформы?**

**Платформы, такие как YouTube, Tik Tok, Instagram и т.д., предлагают доступ к видеоурокам, тренировкам и техникам. Это помогает учащимся изучать теорию и практику в удобное для них время и замотивировать учащихся на творческую работу и сделать урок более интересным для обоих сторон. А также приобрести большой багаж знаний для адекватного физического развития и «знать, что есть свет, а что есть тьма?».**

1. **Виртуальной реальности (VR) и дополненная реальность (AR).**

**Позволит создавать уникальную тренировочную среду. Например, ученики могут участвовать в виртуальных соревнованиях, тренироваться в необычных условиях или изучать технику выполнения упражнений в интерактивном формате. Но долгое нахождение в приборах вызывает физические побочные эффекты: головокружение, недомогание, тошнота, ухудшение зрения.**

**По этой причине рекомендуется снизить время использоваться до 15-20 минут. С временным активным отдыхом в виде подвижных игр.**

1. **Интерактивные приложения и носимые устройства.**

**Приложения для мобильных телефонов и носимые устройства, такие как фитнес-трекеры, позволяют отслеживать физическую активность, пульс, калории и другие параметры. Учителя могут использовать эти данные для анализа прогресса учащихся и давать индивидуальные методические рекомендаций.**

1. **Преимущества применения инновационных технологий и ИИ**
* **Повышение мотивации учащихся: Интерактивные и игровые формы обучения делают занятия более увлекательными.**
* **Индивидуальный подход: Каждому ученику предоставляется возможность развиваться в соответствии с личными потребностями и целями.**
* **Эффективный учебный процесс: Технологии позволяют повысить качество обучения, облегчая контроль над прогрессом и улучшая преподавательский процесс.**

**Заключение:**

**Инновационные технологии и искусственный интеллект открывают новые горизонты в преподавании физической культуры. Они могут существенно повысить мотивацию учащихся, сделать учебный процесс более персонализированным и эффективным. Важно, чтобы учителя физкультуры были готовы к внедрению этих технологий и использовали их для создания более здорового и активного образа жизни для своих учеников.**

**Литература и доп. материалы:**

**ИИ ChatGPT -** <https://chatgpt.com/?ref=ailibricom>**;** <https://chatinfo.ru/>

**ИИ видео генератор -** <https://www.renderforest.com/ru/project/ai-video>

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТЕХНОЛОГИЙ И ГАДЖЕТОВ ДЛЯ МОНИТОРИНГА ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА РЕЗУЛЬТАТЫ ТРЕНИРОВОК - <https://cyberleninka.ru/article/n/ispolzovanie-tehnologiy-i-gadzhetov-dlya-monitoringa-fizicheskoy-aktivnosti-i-ih-vliyanie-na-rezultaty-trenirovok>