**ДИСТАНЦИОННОЕ ОБУЧЕНИЕ**

**НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ .**

**Ж. И. Маймахова учитель физкультуры**

**КГУ«СОШЛ №20» г.Актобе**

Компьютер дома, в школе в настоящее время, уже не роскошь, а средство для работы. Нужно ли использовать средства информационно-коммуникационных технологий (ИКТ) на уроках физической культуры? Когда в первый раз слышишь фразу «компьютер на уроке физкультуры», то сразу возникает  недоумение и вопрос: разве это совместимо? Ведь физкультура – это, прежде всего движение. Специфика каждого предмета разнообразна, но общий принцип, один – задача учителя состоит в том, чтобы создать условия практического овладения знаниями. Применяя этот принцип к уроку физической культуры, можно отметить, что задача учителя, выбрать такие методы обучения, которые позволили бы каждому ученику проявить свою активность, своё творчество, активизировать двигательную и познавательную деятельность учащегося.

Современные педагогические технологии, в частности использование новых информационных технологий, Интернет – ресурсов, позволяют достичь максимальных результатов в решении многих задач:  
- повышения эффективности и качества процесса обучения;  
- повышение активной познавательной деятельности;  
- увеличение объёма и оптимизация поиска нужной информации.  
- формирование умений осуществлять экспериментально - исследовательскую деятельность.  
- подготовка информационно грамотной личности;  
- осуществление профориентационной работы в области физической культуры.

    С использованием ИКТ на уроках физической культуры выигрывают все: школьники, родители, учителя, так как эти технологии осуществляют одно из наиболее перспективных направлений, позволяющих  повысить эффективность физкультурно – оздоровительной деятельности – личной заинтересованности каждого обучающегося в укреплении своего здоровья.  Это помогает в решении  ещё одной задачи – разбудить заинтересованность школьников в формировании здорового образа жизни.

Необходимость использования ИКТ в физическом воспитании вызвана потребностью в повышении его качества с помощью применения компьютеров. ИКТ позволяют организовать учебный процесс на новом, более высоком уровне, обеспечивать более полное усвоение учебного материала.

Наиболее популярными областями применения информационных технологий в обучении является получение новых знаний, контроль знаний и самообразование.

В чём же ещё заключается эффективность применения компьютера на уроке?

В основной школе закладываются основы техники  двигательных действий (бросок баскетбольного мяча, низкий старт в лёгкой атлетике и т.д.), которые востребованы на всём протяжении обучения в школе. Главное на этом этапе – овладение базовой техникой изучаемых двигательных действий, создание правильного представления у  обучающихся о технике двигательных действий по всем программам.

 Таким образом, исходя из своего опыта работы, я считаю, что при организации и проведении современного урока физкультуры необходимо использование ИКТ, что позволяет успешно совмещать не только физическую, но и умственную работу, развивать интеллектуальные и творческие способности школьника, расширять общий кругозор.

 В результате того, что в наше время большинство детей имеют какое-либо отклонение в здоровье, то целесообразно оценивать детей, как по практической части, так и по  теоретической части. Данная методика, предназначена в помощь учащимся для организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями, а также для расширения теоретических знаний по физической культуре, используя ИКТ.

       Методика предусматривает использование на уроках физической культуры  нового вида обучения – **дистанционное образование.**

**Дистанционное образование**(ДО) — совокупность технологий, обеспечивающих доставку обучаемым основного объема изучаемого материала, интерактивное взаимодействие обучаемых и преподавателей в процессе обучения, предоставление обучаемым возможности самостоятельной работы по освоению изучаемого материала, а также в процессе обучения. Современное дистанционное образование строится на использовании следующих основных элементов: дистанционные курсы; веб-страницы и сайты; электронная почта (в том числе и списки рассылки). Наряду с традиционными уроками ученикам предлагается и дистанционное обучение, участие в олимпиадах, обмениваясь материалами на дистанционном уровне. Открытое дистанционное обучение,  безусловно, является, новой, прогрессивной формой доставки информации, причем с широким использованием новых технологий. Создаётся возможность получения образования независимо от возраста, от состояния здоровья, кроме того, дистанционное обучение повышает творческий, интеллектуальный потенциал учеников. Этому способствуют самоорганизация, использование новых информационных технологий и т.д. В определенной степени изменяется и роль учителя: он координирует познавательный процесс и в то же время обновляет и совершенствует свои курсы, методики, поскольку находится в режиме нововведений и инноваций.

 Преимущества и недостатки дистанционного образования. Преимущества ДО:

* Свободный график
* Учёба в удобной атмосфере
* Технологичность

Но у каждой монеты две стороны. Кроме преимуществ, у дистанционного образования есть ряд недостатков.

Недостатки ДО:

* Отсутствие личного контакта с преподавателем
* Мотивация и самоконтроль
* Нехватка практики
* Техническая зависимость

Но дистанционное обучение – это не только получение материала учащимися, необходима и обратная связь, отслеживание и оценивание результатов работы учеников.

      Дистанционный урок предполагает работу с компьютером, что ведёт к зрительной нагрузке. Поэтому на каждом уроке необходима гимнастика для глаз, для которой предложены разные упражнения.

    Сайт позволяет осуществлять взаимодействие с учениками и родителями в любое удобное время.

Использование возможностей дистанционного образования в работе учителя повышает эффективность процесса обучения, позволяет вывести процесс взаимодействия учителей и учеников на новый уровень, освоить новые формы урока.

 Когда в первый раз слышишь фразу «компьютер на уроке физкультуры», то у многих возникает недоумение и вопрос: разве это совместимо? Ведь физкультура – это, прежде всего движение. Теперь для меня совершенно очевидно, что без ИКТ невозможно обойтись:

* на уроках физкультуры они дают возможность организовать прохождение теоретического материала в доступной и наглядной форме.
* при проведении внеклассных мероприятий: спортивных викторин, конкурсов, игр по станциям и т.п.
* при подготовке к оценочному зачету для развития критического мышления, решения проблемных задач, самостоятельной работы с информацией.
* при разработке учебных проектов, способствующих развитию интеллектуальных и творческих возможностей школьника, самовыражению и навыков совместной работы.
* при работе с учениками, имеющими ограниченные физические возможности.

Во время работы можно использовать:

* Учебные презентации, кроссворды, ребусы, мультимедиа и т.п.;
* Консультирование учеников по Еmail-почте, обмен материалами;

Таким образом, исходя из своего опыта работы, я считаю, что при организации и проведении современного урока физкультуры необходимо использование информационно-коммуникационных технологий и дистанционного образования, что позволяет успешно совмещать не только физическую, но и умственную работу, развивать интеллектуальные и творческие способности школьника, расширять общий кругозор.

**Литература**

1. Андреев А. А. Введение в дистанционное обучение. Учебно-методическое пособие;
2. Гусев Д.А. Заметки о пользе дистанционного обучения;
3. Теория и практика дистанционного обучения / Под ред. Е.С.Полат. — «Академия», 2004.;
4. Достоинства и недостатки дистанционного обучения «Образование: путь к успеху» - Уфа. 2010.;