

СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ НАУКИ И ОБРАЗОВАНИЯ

Каюров Геннадий Дмитриевич,

студент,

ФГБОУ ВО «КГЭУ»,

г. Казань

Данилова Наталья Васильевна,

старший преподаватель,

ФГБОУ ВО «КГЭУ»,

г. Казань

ИННОВАЦИОННЫЕ МЕТОДИКИ ОБУЧЕНИЯ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ

Аннотация. В статье приводится описание исследования, целью которого было определение инновационных методики обучения в области физического воспитания. Новые инновационные методики преподавания вызвали интерес и осведомленность школьников о здоровье. Исследователи изучали инновационные методики преподавания в разных странах. Они пришли к выводу, что инновационные методы были слишком эффективны в других странах. В конечном итоге это может стать хорошей практикой в Российских учебных заведениях.

Ключевые слова: инновационные методы обучения, физическое воспитание.

Здоровье является преобладающим фактором для всех возрастов. Каждый человек и народ страны желают жить жизнью без болезней. Народы хотят обеспечить хорошее здоровье своему ребенку и следующему поколению. Таким образом, педагоги должны разработать новый учебный план для реализации этих целей. Тенденции иностранных школ – использование инновационных методов в физическом воспитании учеников, чтобы обеспечить здоровье следующего поколения. Физическая подготовленность молодых людей в настоящее время является важнейшим аспектом в развитии общества. Ожирение среди детей

СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ НАУКИ И ОБРАЗОВАНИЯ

в возрасте от 2 до 19 лет более чем удвоился за последние годы, оставляя их подверженными развитию диабета, сложных проблем с суставами и множеству других серьезных проблемы со здоровьем. Преподаватели физической культуры взяли на себя обязательство резко сократить эту статистику в течение следующего десятилетия. Хотя улучшения в технологиях в некоторой степени способствовали опасному сидячему образу жизни многих молодых людей, это также следует использовать, чтобы обратить вспять эти проблемы со здоровьем. С мгновенным доступом практически ко всему в любой момент времени, технологии могут быть использована для улучшения физической формы и потенциального спасения жизни. Это просто вопрос о том, как они используются. Вот некоторые новые инновационные практики для обсуждения.

Современная технология Wellness-Tracking

Одним из способов, с помощью которого преподаватели могут сделать физическое здоровье более интерактивным, является реализация фитнес-мониторы, такие как Fitbit или Nub и, в свои классы. Эти легкие носимые устройства отслеживания активности предоставляют широкий спектр данных в реальном времени. Они могут быть использованы, чтобы помочь студентам лучше понять процессы своего тела в целом, или просто узнать максимальный уровень сердечного ритма, чтобы достичь максимальной физической подготовки. Трекеры записывают количество шагов, качество циклов сна и множество других личных показателей, чтобы студенты оставались активными на протяжении всего периода своего развития. Внимание к деталям создает чувство причастности, воспитывая чувство ответственности за поддержание этого состояния здоровье на будущее. Говорят, что дети должны оставаться активными в течение как минимум 60 минут в день, чтобы соответствовать надлежащим стандартам здоровья. Фитнес-трекеры могут помочь

СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ НАУКИ И ОБРАЗОВАНИЯ

детям достичь этого простого, но жизненно важного минимума в их классах физического воспитания, а также в их повседневной жизни.

Активные игровые платформы

Основанные на технологиях хобби стали настолько укоренившимися в образе жизни студентов, они так же могут служить как ценный инструмент. Exergames или активные игровые программы, такие как Hopsports и Kinect Xbox.

Предлагая умеренную интенсивность физической активности, приглашайте студентов в удобную и привычную обстановку окружающей среды. Лучшая часть этого упражнения в том, что это может быть продолжено вне стен учебного заведения. Многие студенты имеют свои собственные игровые приставки и могут вдохновиться в классе физкультуры на совершенно новый уровень. Для учителей становится все более важным использовать каждый шанс, чтобы улучшить здоровье своих учеников. Некоторые учителя физкультуры считают ключом к успеху то, что молодые люди любят больше всего и зачастую это новые достижения в технологиях. Создавая интерактивные и занимательные уроки с активностью трекинг, музыка, танцы и игры, учителя могут улучшить оздоровительные практики студентов не только в учебном заведении, но и дома.

Выводы

Важнейшим фактором в развитии здоровья является научить учеников делать регулярные физические нагрузки каждый день. Учебный план должен быть разработан с использованием инновационных методов обучения. Инновационные практики и программы мотивируют и увеличивают интерес студентов заниматься физической культурой каждый день.

СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ НАУКИ И ОБРАЗОВАНИЯ

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Анна Е. Со., Луана С. Мэйн., Пол Б. Гастин *Мониторинг реакции тренировки спортсмена: систематический обзор. [Электронный ресурс] // Британский журнал спортивной медицины. URL: <http://bjsm.bmj.com/content/early/2015/09/30/bjsports-2015-094758> (дата обращения: 22.05.2019).*
2. Ким А.К., Дэвис Дж. *Взгляд учителя на обучение, ориентированное на ученика: на пути к развитию передовой практики на курсах бакалавриата» // Журнал о гостеприимстве, досуге, спорте и туризме. – Том. 25. – 2014. – С. 6-14.*