

УДК 796

*Курбанбаев Абатбай Даулетбаевич*

*Оразбаев Рахим Мырзамуратович*

*Машарипов Расул Рахманович*

*Кощанов Абат Ережепович*

*Кафедра «Физической культуры и спорта межфака»*

*Каракалпакский государственный университет им. Бердаха*

*г. Нукус, Республика Узбекистан*

## **ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

### *Аннотация*

*Данная статья посвящена к инновационным технологиям применяемой в сфере физической культуры и спорта. В настоящее время существуют новые образовательные технология в сфере физической культуры Главными критериями инновации являются научная новизна и ее практическое претворение.*

*Ключевые слова:* сфера, новизна, технология, критерия, задача, личность.

*Kurbanbaev Abatbai Dauletbaevich*

*Orazbayev Rakhim Myrzamuratovich*

*Masharipov Rasul Rakhmanovich*

*Koschanov Abat Erezhepovich*

*Department of Physical Culture and Sports of the Interfaculty*

*Karakalpak State University named after Berdakh*

*Nukus, Republic of Uzbekistan*

## **INNOVATIVE TECHNOLOGIES IN THE SPHERE OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS**

### *Annotation*

*This article is devoted to innovative technologies used in the field of physical culture and sports. Currently, there are new educational technologies in the field of physical culture. The main criteria for innovation are scientific novelty and its practical implementation.*

*Key words: sphere, novelty, technology, criteria, task, personality.*

В настоящее время отмечается довольно повышенное внимание к проблемам физического воспитания студентов. Физическая культура важное средство укрепления здоровья, также незаменимый фактор физического, нравственного, интеллектуального и духовного развития личности.

Основная задача физической культуры в высших учебных заведениях – это укрепление и сохранение здоровья студентов, и формирование у них привычки регулярно заниматься физической культурой и следить за собственным здоровьем.

В настоящее время старые методы занятий по физической культуре начали терять свою актуальность, поэтому педагоги стали уделять особое внимание разработке новых версий построения учебно-воспитательного процесса.

Такие преобразования требуют от специалистов педагогических наук нового мышления. Инновационная деятельность – это современный методологический подход, который позволяют пересмотреть состояние педагогической деятельности и определить пути ее модернизации.

Инновация в области физической культуры – это внесённое нововведение, которое обеспечивает качественный рост эффективности процессов, которые востребованы в области физической культуры и спорта.

В настоящее время в сфере физической культуры и спорта уже имеются набор инновационных технологий, которые направлены на формирование здоровья подрастающего поколения, обладающего необходимым уровнем физической подготовленности.

Инновации в образовании – это актуально значимые и системно самоорганизующиеся нововведения, возникающие на основе разнообразия инициатив и новшеств, которые становятся перспективными для эволюции образования, позитивно влияют на развитие всех форм и методов обучения [2].

В настоящее время существуют новые образовательные технологии в сфере физической культуры. Главными критериями инновации являются научная новизна и ее практическое претворение. Но не все технологии нашли применение в сфере физической культуры.

Для удовлетворения потребности общества, технология преподавания физической культуры должна включать в себя современные достижения теории и методики физического воспитания и спортивной тренировки.

К инновационным деятельности сферы физического воспитания студентов относится увеличение двигательной активности. Для этого важно создать новые модели оздоровительной физической культуры, которые могут изменить отношение студентов к собственному здоровью.

Использование информационно – компьютерной технологии в сфере образования развивает у студентов мышления, индивидуальных способностей, а также помогает закрепить новых навыков и умений.

На уроках физической культуры необходимо использовать музыкальное сопровождение. Данный способ не только создаст более приятную атмосферу, но и поможет развить у студентов пластику и чувство ритма. При использовании компьютерных технологий, можно выстроить музыкальные композиции в нужной последовательности для данного урока.

Большая часть появляющихся на современном этапе различных технологий связана с технологиями фитнеса. Фитнес- это методика оздоровления организма, направленная на улучшение состояния здоровья и физической формы [1].

В настоящее время важная роль отводится таким инновациям, как применение ИКТ, позволяющих сделать обучение более доступным и понятным для каждого индивида; включение на занятиях музыкального сопровождения, помогающего легче переносить физические нагрузки; а также включение системы технологии фитнеса способствующей укреплению мышечного аппарата и улучшению осанки, а также психоэмоционального состояния обучающихся.

### **Использованные источники**

1. Иванов В. Д., Сальков Н. А. Фитнес-программы в системе занятий по физической культуре в вузе // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. 2019. Т. 4, NNº 50 2.- с.46-55
2. Рапацевич Е.В. Инновации в образовании: роль информационно-технологической среды// Успехи современного естествознания. – 2013. – № 10 – С. 86-88