**ОЦИФРОВАННАЯ ФИЗКУЛЬТУРА: РЕАЛИИ СОВРЕМЕННОСТИ ИЛИ ПУТЬ К РЕГРЕССУ**

Сергеев Александр Алексеевич

МОУ Иванковская СШ Фурмановского района Ивановской области

г. Фурманов, Россия

**Аннотация.** Как организовать процесс обучения по физической культуре в дистанционном режиме в условиях сложной эпидемиологической обстановки. Перед учителем физической культуры встала сложная задача - найти пути решения по реализации предметной образовательной программы в дистанционном формате, которые должны быть не менее эффективными, чем при обычной (очной) форме обучения.

**Ключевые слова:** физическая культура, дистанционное обучение, мотивация, педагог.

**Annotation.** How to organize the process of training in physical culture in remote mode in a complex epidemiological situation. The teacher of physical culture faced a difficult task - to find solutions for the implementation of the subject educational program in a distance format, which should be no less effective than in the usual (full-time) form of education.

**Key words:** physical education, distance learning, motivation, and teacher.

Анализ многих источников и электронных ресурсов показал, что, несмотря на высокий уровень развития информационных технологий, дистанционное образование не имеет готовых решений в преподавании школьного предмета «Физическая культура». Перед учителем физической культуры встала сложная задача - найти пути решения по реализации предметной образовательной программы в дистанционном формате, которые должны быть не менее эффективными, чем при обычной (очной) форме обучения.

У педагогов возникает резонный вопрос, как можно и возможно ли вообще преподавать физическую культуру дистанционно. Не секрет, что все, связанное с цифровизацией, воспринимается специалистами спортивной сферы настороженно, с опаской подмены реальной двигательной деятельности имитацией. «Физическая культура дистанционно – это миф, а не реальность!» - такова первая реакция учителей физической культуры. Действительно возникает множество проблемных вопросов и ситуаций, решение которых должно быть найдено в ближайшее время.

- какая главная задача в области физического воспитания при дистанционном обучении?

- как перестроить программу по физической культуре или как отразить в ней условия дистанта?

- какая структура занятий должна быть при дистанционном обучении физической культуре?

- как мотивировать учащихся к физической культуре в домашних условиях и, какое содержательное наполнение занятий должно быть?

- в чем состоит вообще целесообразность предмета «Физическая культура» в условиях дистанционного обучения? и т.д.

На данный момент регламентирующая нормативно – правовая база, методическая и методологическая составляющая дистанционных технологий является слабо изученной в связи со своей новизной и малым опытом применения. Анализируя и наблюдая деятельность педагогов при дистанционном обучении физической культуре, складывается ряд неоднозначных заключений. С одной стороны, ряд педагогов действительно предпринимают попытки качественно и полноценно донести до учеников ценности физической культуры, необходимость двигательной активности. С другой стороны, дело доходит до полного абсурда. Вопрос: если поступает задание по физкультуре прочитать 10 страниц теории и отработать навык ведения баскетбольного мяча на месте в однокомнатной квартире, такое дистанционное обучение отвечает признаку разумности?

Скорее всего, при дистанционном обучении главной задачей педагога будет являться не проведение полноценного практикоориентированного занятия, а мотивация учащихся к двигательной активности. Таким образом, главное не научить, а только создать или сделать ученикам предложение к движению. В данном понимании или в данном контексте важно не нарушить ту границу, перейдя которую произойдет трансформация предметной области «Физическая культура» в какой-то другой предмет, связанный больше с профилактикой различных заболеваний и развлекательной, хотя и двигательной составляющей.

Поэтому, одной из самых трудных задач при организации дистанционного обучения физической культуре является мотивация обучающихся на систематические занятия физическими упражнениями, активную двигательную деятельность. Успешным решением могут стать некоторые приемы, направленные на обучение предмету при помощи распространенных, актуальных увлечений детей и подростков. Например, увлечение подростков фотографировать или снимать себя на видео при помощи смартфонов можно применить в форме отчета о выполнении как отдельного упражнения, так и целого комплекса
упражнения. Увлечение фитнесом направить на проведение челенджей, создание различных флешмобов под музыкальное сопровождение популярных в молодежной среде исполнителей, составить индивидуальный план тренировки на базе фитнес ­- приложений смартфона и фитнес – трекеров, и т.д. Интересным примером может служить «Фитнес-монополия» - игра, которая полностью повторяет всем известную «Монополию», но ее система завязана на физических упражнениях. То есть ребенок кидает кубик, и чтобы купить электростанцию ему нужно, например, сделать 10 отжиманий. Мотивацией младшего школьника на выполнение ежедневного комплекса гимнастики дома может стать игровая видеозарядка, в перерывах между занятиями за компьютером еще лучше вместе с родителями, а также внесение в задание элементов соревнования.

Возникает больше сомнений о том, в каком виде подать физкультуру, чтобы заинтересовать, и что содержание урока в этом случае переносится на второй план.

Адаптация традиционного содержания к онлайн - занятиям — сложная задача, далеко не всю физкультуру можно перенести в ZOOM, или какие-либо другие платформы. При этом над содержанием онлайн - уроков тоже приходится думать серьезно.

Более подготовленным в физическом плане, спортивным детям может быть, неинтересно заниматься с общим потоком, но это проблема не только удаленных занятий и решать ее нужно индивидуально.

Другой вопрос, возникающий при онлайн обучении, это профилактика травматизма – очень важная и серьезная задача, особенно в период сложившейся ситуации, связанной с пандемией и с приоритетом в области физической культуры и спорта, направленного на организацию двигательной деятельности школьников в домашних условиях. Для успешной организации занятий физической культурой и спортом в домашних условиях необходимо учитывать несколько основных аспектов, обеспечивающих безопасные условия, профилактику детского травматизма и несчастных случаев. К ним относятся: выбор пространства, инвентаря, соответствующей одежды, соответствующие гигиенические условия, планирование правильной нагрузки, соблюдение техники безопасности при выполнении физических упражнений. И этот вопрос должен быть обязательно обсужден и согласован с родителями учеников.

В большинстве школ в обучении предпочтение отдается изучению теоретических основ, как следствие - оздоровительная и тренирующая задача предмета отходит на второй план или исключается вовсе. При организации контроля знаний активно применяются написание эссе, рефератов, разработка презентаций, решение всевозможных тестов, что ведет к дополнительной умственной нагрузке детей. И естественно возникает вопрос о целесообразности такой физкультуры вообще.

В связи со спецификой предмета, образовательная программа по физической культуре не может быть реализована полностью посредством исключительного применения дистанционных технологий. Это связанно с практической, - непосредственным физическим выполнением двигательного действия и приобретения двигательного умения направленностью и малым теоретическим наполнением (практико-ориентированной теоретической составляющей предмета – получение информации в процессе выполнения двигательного действия) содержания образовательного предмета. Дистанционные технологии в физической культуре могут быть рассмотрены только как проникающие или дополняющие технологии. Конечно, противостоять прогрессу это тоже неправильный путь. Но увлекаясь цифровыми технологиями, порою до состояния фанатизма, мы можем увлечь себя в такую ловушку, из которой потом вряд ли сумеем выйти.

В педагогике основное - фигура учителя. При обучении двигательным умениям (особенно сложнокоординированным), а это практически все содержание образовательной программы по физической культуре, основополагающим фактором является присутствие педагога, (тренера), его наставления и помощь, совет и поддержка. Баланс между человеческим фактором и цифровой составляющей должен быть правильным, тогда в реализации предметной области «Физическая культура» будут созданы условия для обеспечения высокого качества преподавания учебного предмета, повышения его воспитательного и оздоровительного потенциала в образовательных организациях на основе модернизации системы физического воспитания в соответствии с социальными запросами общества и перспективными задачами развития школьного образования в современном мире.