

ВНЕДРЕНИЕ ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ЗАНЯТИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ

*асс. Е.А. Цайтлер, студ. А.Я. Арефьева, ФГБОУ ВПО
"Магнитогорский государственный технический университет
им. Г.И. Носова", г. Магнитогорск*

Рассматриваемая форма проведения занятий физической культурой в высших учебных заведениях является одной из наиболее эффективных форм инноваций в учебных заведениях на занятиях по физической культуре и физической подготовки студентов.

Цель научного исследования – обеспечить инновационный подход и эффективность учебно-тренировочного процесса, создающего возможность массового физического воспитания и спортивной подготовки в учебном процессе с помощью технических средств, а также заменить физически и морально устаревшую спортивно-оздоровительную инфраструктуру на уровень современных требований.

В настоящее время существует множество программ, внедряемых в физическую подготовку спортсменов, студентов. Рассмотрим одну из таких программ: "Get Fit with Mel B" – комплексная фитнес программа, на платформе Microsoft, развивающая моторику, ловкость, гибкость, внимательность. Программа включает в себя широкий спектр упражнений, направленных на развитие силы, тонуса, гибкости и аэробных возможностей и дополняется рекомендацией по питанию. С помощью неё студенты, спортсмены могут физически развиваться или поддерживать свою физическую форму, как в учебных заведениях, так и дома, занимаясь практически любым видом спорта. Особенность фитнес программы заключается в комплексе, созданном Мел Би с ведущими экспертами в области здравоохранения специально для контроллера движения Kinect Xbox 360. Более тесное взаимодействие с программой позволит выявить эффективные упражнения, а также режим дня и режим питания. С программой одновременно могут работать от одного до шести человек, что позволит эффективно решить проблему интенсивности занятия.

Подобная форма проведения занятий является одной из наиболее модернизированных форм перспективного совершенствования методики преподавания физической культуре в высших учебных заведениях. Благодаря разнообразию и современному подходу достигается максимальное привлечение к учебным занятиям студентов всех курсов и специальностей.