

## ОСНОВНАЯ ИДЕЯ ИННОВАЦИОННОГО ПРОЕКТА, ОПРЕДЕЛЯЮЩАЯ ЕГО НОВИЗНУ

**Суть инновационного проекта.** Суть инновационного проекта заключается во внедрении технолого-педагогического алгоритма управляемой самостоятельной деятельности учащихся и представителей их близкого окружения (родители, родственники, соседи, друзья, педагогический коллектив) по формированию двигательной культуры человека как средства здорового образа жизни на основе методики индивидуализации двигательных режимов каждого участника инновационного проекта. Это позволит избирательно применять средства физического воспитания для повышения уровня физической подготовленности и функционального состояния организма человека в системе физкультурно-оздоровительных мероприятий как в учреждении общего среднего образования, так и вне его.

**Новизна проекта.** Предлагается оригинальная система диагностики повседневной двигательной активности, физической подготовленности и функционального состояния сельских жителей и на ее основе разработки индивидуальных двигательных режимов с учетом специфики их трудовой деятельности и текущего функционального состояния. Инновационный проект ориентирован на создание здоровье-формирующей среды жизнедеятельности сельского населения и позволяет педагогическими средствами обеспечить формирование двигательной культуры человека и как следствие – профилактику и коррекцию неблагоприятных изменений функционального состояния организма.

### ***Внедрение модели позволит:***

- вовлечь педагогов, родителей, родственников, соседей и друзей учащихся, обучающихся в учреждениях образования сельской местности, в процесс формирования двигательной культуры сельского населения и обеспечения их здорового образа жизни путем совместных занятий физическими упражнениями (совместное посещение и участие в спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятиях).

- повысить уровень двигательной культуры сельского населения за счет сознательного самообразования по формированию базовых навыков рациональной двигательной деятельности и здорового образа жизни;

- расширить круг возможностей учащихся учреждений образования сельской местности и представителей их ближайшего окружения в диагностике повседневной двигательной активности, функционального состояния и физической подготовленности для разработки индивидуальных двигательных режимов сельского населения на основе использования современных компьютерных коммуникативных устройств (ноутбук, планшет, смартфон), обеспечивающих общий доступ к «технологической карте индивидуализации двигательных режимов», разработанной в программе «Microsoft Excel»;

- обеспечить позитивный эмоциональный фон двигательного режима путем предоставления возможности самостоятельного выбора средств

физического воспитания индивидуально каждому представителю сельского сообщества;

- повысить качество диагностики и прогнозирования динамики физической подготовленности, функционального состояния и как следствие физического здоровья сельского населения на основе использования методики индивидуализации двигательных режимов учащихся сельской местности и представителей их ближайшего окружения, позволяющей совершенствовать механизмы адаптации человеческого организма к условиям естественной среды жизнедеятельности;

- повысить вариативность применяемых средств и методов физического воспитания на основе использования методики индивидуализации двигательных режимов учащихся сельской местности и представителей их ближайшего окружения;

- применять в образовательном процессе по физической культуре физиологически обоснованные программы педагогических воздействий, обеспечивающие повышение уровня физической подготовленности и функционального состояния учащихся, обучающихся в учреждениях образования сельской местности;

- повысить оздоровительную эффективность организованных и самостоятельных форм двигательной активности сельского населения за счет использования методики индивидуализации двигательных режимов учащихся сельской местности и представителей их ближайшего окружения;

- использовать физические упражнения на эффективном уровне не только для решения специфических задач, стоящих перед физическим воспитанием в учреждениях образования сельской местности, но и как инструмент повышения устойчивости организма человека к действию неблагоприятных психосоциальных факторов и как средство управления процессом адаптации и снижения отрицательных последствий информационного и эмоционального стресса в семье и социуме.