Инновации в сфере спорта - это все, что связано с внедрением в  
практику передового педагогического опыта. Занимающий в современной педагогике ведущее место, учебно–воспитательный процесс направлен на передачу ученикам знаний, умений, навыков, на формирование личности, гражданственности. Эти изменения продиктованы нашим  
временем, изменением отношения к занятиям, воспитанию, развитию.  
Инновационные технологии в спорте дают возможность регулироватьтренинг, повышая эффективность учебно–воспитательного процесса. Инновационное поведение не предлагает ученику просто приспособиться к новым условиям учебного взаимодействия, оно подразумевает формирование собственной индивидуальности, саморазвитие. Важно понимать, что инновационное образование является, прежде всего, спосбом воспитания гармоничной личности. Спортивно - воспитательные инновации не должны нести ученикам «готовые шаблоны», инновации в сфере спорта нацелены на, помимо спортивного, актуальное повышение интеллектуального уровня обучаемого. И тренер, избавившийся от «комплексов», психологических барьеров, должен стать полноценным участником инновационных преобразований

Целью инновационной деятельности тренера служит изменение личности учащегося по сравнению с традиционной системой. Данные изменения становятся возможны посредством внедрения в профессиональную деятельности новых дидактических и вос-  
питательных программ. Развитие умения находить мотивацию своим действиям, самостоятельно ориентироваться в получаемой информации, формирование творческого нешаблонного мышления в тренировках, развитие спортсменов за счет максимального раскрытия их природ-  
ных способностей, используя новейшие достижения спортивной науки и практики, – основные цели физкультурно – спортивной образовательной инновационной деятельности.

В течение десятилетий адепты боевых искусств следовали режиму, наполненному ударами кулаками и ногами (плюс некоторые прыжки и скручивания, добавленные для полноты картины). Но это меняется. «Опытные мастера боевых искусств теперь интегрируют высокоэффективную силу и физподготовку в свои тренировки», «Они выполняют больше функциональных тренировок, потому что знают, что это самый быстрый способ стать лучше».

Прошло время темных и грязных подвалов, где практиковали боевую подготовку, все больше людей набивают себе кулаки в пространствах, более похожих на шикарные ночные клубы. Этот взрыв группового фитнеса среди специалистов по боевым видам спорта изменил восприятие тренировок. «Это убрало боевую практику из грязной, уродливой обстановки и помогло устранить представление о ней среди белых воротничков, как о жестоком виде спорта. Бокс, борьба становятся более доступными упражнениями для всех увлеченных спортом людей, что действительно позитивно».

Групповые установки и современные тренировочные пространства — это отличный способ сделать боевые виды спорта менее пугающими. Даже многие женщины проложили себе путь в то, что когда-то было областью, в которой полностью доминировали мужчины, и они вдохновляют других женщин продолжать это путешествие. Очень интересно видеть, как женщины борются за свое равенство и показывают, что они могут идти в ногу, а иногда даже лидировать в области физической подготовки и мастерства.

Инновации в спорте - это единственно правильный путь физического самосовершенствования!!!

В наши дни все, от профессиональных регбистов до элитных моряков, обращаются к боевой подготовке, чтобы развить свою физическую форму. Борьба оказалась особенно полезной для регбистов, говорит канадец Ленецкий, который ранее работал с новозеландскими Manukau Rugby, чтобы улучшить их производительность. Он также работал с командой Emirates Team New Zealand sailors, где занимался боксом, чтобы помочь команде развивать свои способности. Он объясняет: «Морякам нужна была низкоударная кардиотренировка и реальный акцент на тренировке верхней части тела, поэтому бокс трудно было превзойти в качестве тренировочного подхода».

От боевой подготовки выигрывают не только спортсмены. Ленецкий также увлечен исследованиями бокса для борьбы с болезнью Паркинсона. «Пандемия привела к тому, что многие пациенты с болезнью Паркинсона не могут боксировать прямо сейчас. Это душераздирающе видеть, что некоторые пациенты действительно отказались от спорта, потому что они не могли боксировать. Если бы только мы были готовы тогда к некоторыми интерактивным фитнес-технологиям, мы могли бы заставить этих людей боксировать у себя дома и поддерживать их здоровье».