

КОМИТЕТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ АДМИНИСТРАЦИИ  
ГОРОДА НОВОКУЗНЕЦКА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ИНСТИТУТ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ»

---



VIII ГОРОДСКАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ  
*«СОВРЕМЕННОЕ ОБРАЗОВАНИЕ, ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, СПОРТ, РЕКРЕАЦИЯ И  
ЗДОРОВЬЕ»*

## Занятия по физической культуре на дистанционном обучении в МБОУ «Гимназия № 73»

Авторы: учителя физической культуры  
МБОУ «Гимназия № 73»  
Адамова Н.А.  
Ломакина Л.Н.  
Шмыгов И.Г.

Новокузнецк, 2020

## Введение

Дистанционное обучение (ДО) — совокупность технологий, обеспечивающих доставку обучающимся основного объема изучаемого материала, интерактивное взаимодействие обучаемых и преподавателей в процессе обучения, предоставление обучаемым возможности самостоятельной работы по освоению изучаемого материала, а также в процессе обучения.

Современное дистанционное обучение строится на использовании основных элементов:

- среды передачи информации (электронная почта, телевидение, информационные коммуникационные сети),
- методов, зависящих от технической среды обмена информацией,
- повышение качества обучения за счет применения современных средств и технологий.

Дистанционное обучение медленно, но верно завоёвывает своё место в школьной программе по физической культуре и многим интересно, как проходят занятия при такой форме обучения.

Начнём с того, что занятия по физкультуре на дистанционном обучении обязательно включены в расписание, т.к. нужно проходить программу, выставлять оценки, и, в конце концов, аттестовать учеников за отчётный период, и задания по нашему предмету не ограничиваются. В нашей системе образования все учебные дисциплины равны и физкультура — не менее важна, чем, другие предметы.

Как же проходили занятия по физической культуре в нашей гимназии?

Мы, как и другие учителя нашей гимназии, сначала преодолевали дистанционные трудности, (плохая работа электронной системы, неготовность родителей помогать учащимся, отсутствие компьютерной техники у учеников) это нас и подтолкнуло к новым, интересным методам и формам проведения уроков. Первое, что мы сделали - наладили связь между учениками, учителями и родителями.

Начнем с того что нет готовых теоретических уроков разработанных министерством образования. При выборе видео с интернета для школьников из-за цензуры крайне ограниченный выбор материала, поэтому у нас в гимназии хорошо отработана система Смарт - уроков в Электронной школе 2.0. Помимо информации, которую можно подчерпнуть у коллег, мы сами создаём смарт - учебники, в которые входит нужная нам информация в виде текста, видеоролика, лекции. Также в учебник включаем выполнение любого практического задания с выводами и в конечном итоге учащиеся должны решить тест. Мы считаем, что таким образом можно проработать любую не только теоретическую, но и практическую тему.

Также широко используем видеоролики, которые записываем сами, привлекая для этого ребят из спортивных секций. По нашему мнению, данный вид работы отлично подходит для уроков, на которых можно развивать физические качества, т.к. помимо упражнения обязательно проговаривается техника выполнения, количество раз и количество подходов. Какие-то упражнения учащиеся записывают и видеоотчёт отсылают учителю, а какие-то силовые комплексы ребята выполняют каждый день, чтобы после выхода с дистанционного обучения выполнить

данный комплекс на оценку (детям даны разнообразные комплексы, относительно физической подготовленности каждого).

Стараемся использовать ИКТ в изучении каждой темы программы по физической культуре. Чтобы правильно ребёнок освоил технику выполнения любого упражнения, мы обращаемся на Ютуб - канал. С помощью видеозаписи, звука и текста предусматривается просмотр учеником техники двигательных действий выдающихся спортсменов и ведущих тренеров. После чего обучающиеся должны ответить на вопросы, которые касаются данного просмотра и по данной теме. Целью данных уроков является становление зрительного образа изучаемых двигательных действий и закрепление ассоциативного мышления.

Также благодаря сети интернет, ребята самостоятельно составляют комплексы утренней гимнастики, физкультминуток, гимнастики для глаз. Получив набор элементов двигательного действия (общие развивающие упражнения, прыжки, приседания и т.д.), ребята составляют целые спортивные комплексы на основе пройденного материала (составленные комплексы ученики выполняют, записывают и видеоотчёты высылают преподавателю), ведут спортивные дневники, что позволяет нам еженедельно осуществлять промежуточный контроль.

В период дистанционного обучения, учащиеся имеют возможность качественно подготовиться к сдаче норм ГТО (на основе высылаемых им видеоуроков, техники выполнения отдельных элементов).

Появилась хорошая возможность глубже познакомить школьников с теоретическими основами физической культуры (Олимпийское движение, великие спортсмены, история возникновения и развития физической культуры спорта в России, нормативной базой ВФСК ГТО и многое другое).

Большое внимание мы уделяем на дистанционном обучении - проектной деятельности. Начиная со 2 класса, каждый ребёнок должен выбрать тему для проекта, проработать её, провести исследование (если

есть), сделать выводы, оформить проект в виде презентации, буклета, реферата, творческого продукта.

Чтобы повысить интерес к домашнему заданию на дистанционном обучении проводим онлайн конкурсы среди учащихся начальных классов «Спортивное генеалогическое древо моей семьи», «Мой спортивный домашний стадион», «Мой любимый вид спорта».

## Заключение

Хочется сказать особое спасибо родителям, которые отнюдь не самоустранились. Напротив, мамы и папы активно помогали записывать видео, контролировать выполнение упражнений, участвовать в творческих конкурсах. В момент дистанционного обучения многие родители увидели своих детей совершенно с другой стороны. Кто-то был неприятно удивлен, что ребенок оказался наиболее слабее, чем они это себе представляли. Другие же, наоборот, удивились тому, что их чадо с легкостью может выполнить те задания, которые они считали трудными.

Несмотря на большое количество плюсов, дистанционное обучение имеет и ряд недостатков:

- отсутствие персонального компьютера и постоянный доступ в Интернет,
- сложность мотивации ученика. Выбирающий такую форму обучения учащийся обязательно должен обладать самодисциплиной и сознательностью,
- возникает сложность с проверкой знаний, а именно невозможность наблюдать за добросовестным выполнением самостоятельных заданий. Преподаватель видит лишь результат, представленный учеником, и не может отследить процесс выполнения задания,
- учащиеся сталкиваются с недостаточностью общения с преподавателем и недостатком практических занятий.

## Вывод

Дистанционное обучение позволило сделать нам следующие выводы:

- за короткий промежуток времени (2-3 недели) сложно сделать заключение об эффективности методов и форм, предлагаемых нами;

- результаты обучения показали, что формат обучения по физической культуре влияет на уровень освоения дисциплины:

а. теоретические знания существенно пополнились ( тренировочные тесты, смарт-уроки, презентации, лекции, видеоролики, фильмы о спортсменах и видах спорта, история развития ГТО и др. );

б. дистанционное обучение давало возможности осуществлять индивидуальный подход к каждому ученику (разные комплексы физических упражнений, тесты, сообщения, проектная деятельность).

К минусам дистанционного обучения можно отнести:

в. низкий технический уровень, плохое качество связи при видеоотчётах учеников;

г. в виду удалённости учителя, не возможность исправить и повлиять на правильность выполнения упражнения, а некоторые технически сложные упражнения, невозможно выполнять без страховки преподавателя;

д. отсутствие в гимназии профессиональной техники для снятия практического и теоретического материала;

е. при достаточном объёме предлагаемого нами материала, уровень физической подготовленности, двигательной активности снижается.

Таким образом, дистанционное обучение сегодня динамично развивающаяся форма образования. Такая форма, безусловно, имеет место быть в современном обществе, но, несмотря на все очевидные достоинства, ещё требует доработки, особенно по предмету «Физическая культура».

## Список литературы

1. *Азимов Э.Г., Щукин А.Н.* Новый словарь методических терминов и понятий. – М.: ИКАР, 2009. – 448 с.
2. *Итоги эксперимента* в области дистанционного образования и перспективы дистанционных образовательных технологий. – 2007. – №5. – С. 4-28.
3. *Поляков И.В.* Современные дистанционные занятия как наиболее популярный способ самообразования // Конференциум асоу: сборник научных трудов и материалов научно-практических конференций. – 2017. – №1. – С. 337-340.
4. *Сорокина Л.В.* «Плюсы» и «Минусы» дистанционной и кредитной технологии обучения / Статистика, учет и аудит. – 2012. – Т. 2. – №45. – С. 167-172.
5. *Хуторский А.В.* Типы учебных взаимодействий в дистанционном профильном обучении / А.В. Хуторский, Г.М. Кулешова, Е.В. Шерстова // Центр дистанционного образования «Эйдос». – 2015. – №1. – С. 14-18.



