

# ДИСТАНЦИОННОЕ ОБУЧЕНИЕ

**НА УРОКАХ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**



- **«Компьютерные технологии призваны в настоящий момент стать не дополнительным «довеском» в обучении и воспитании, а неотъемлемой частью целостного образовательного процесса, значительно повышающей его качество»**
- **(Из «Концепции долгосрочного социально-экономического развития РФ на период до 2020 года»).**




## ■ Зачем нужны компьютерные технологии в учебном процессе?

Цели использования информационных технологий в школе достаточно разнообразны, однако главные из них — **всесторонне облегчить работу педагога и при этом помочь ему выйти на новый уровень качества преподавания, которого требует современность.**




# ЗАЧЕМ ЭТО ЛИЧНО МНЕ?

- 
- Укрепить мотивацию школьников к обучению, пробудить в них интерес к познавательной деятельности, помочь им сконцентрировать внимание на учебном процессе;




# ЗАЧЕМ ЭТО ЛИЧНО МНЕ?

- 
- Добиться более эффективной и современной методики преподавания, обеспечить индивидуальный подход к каждому учащемуся без временных и иных затрат;




# ЗАЧЕМ ЭТО ЛИЧНО МНЕ?

- 
- Сделать образовательный процесс более разнообразным и увлекательным;
  - Сэкономить время на подготовку к урокам и отслеживание результатов обучения



# ЗАЧЕМ ЭТО ЛИЧНО МНЕ?

- 
- Внести вклад в формирование информационной грамотности учащихся;
  - Выйти на новый уровень в планировании и систематизации своей работы.



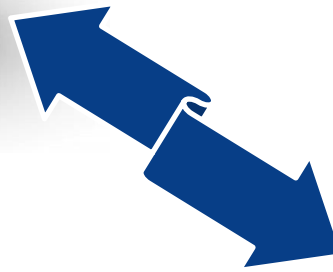
**Кроме того, важно  
помнить, что одна из  
актуальных задач  
сегодняшнего  
педагога — научить  
учеников владению  
информационными  
технологиями, помочь  
обрести стиль  
мышления,  
актуальный для  
информационного  
общества.**







# КОМПЬЮТЕРНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ



# ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА





## Волейбольная площадка

Размеры и линии

«Зоны» и перемещение игроков

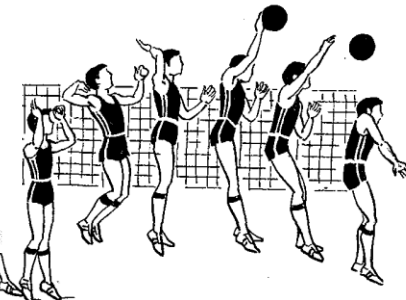
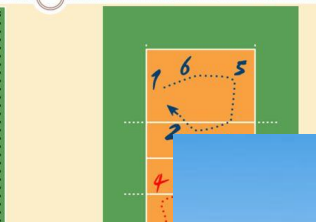
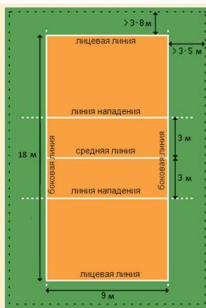


Рис. 5



Передача двумя руками

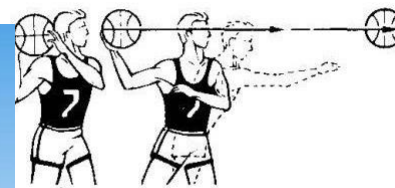
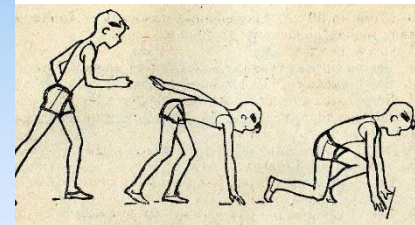
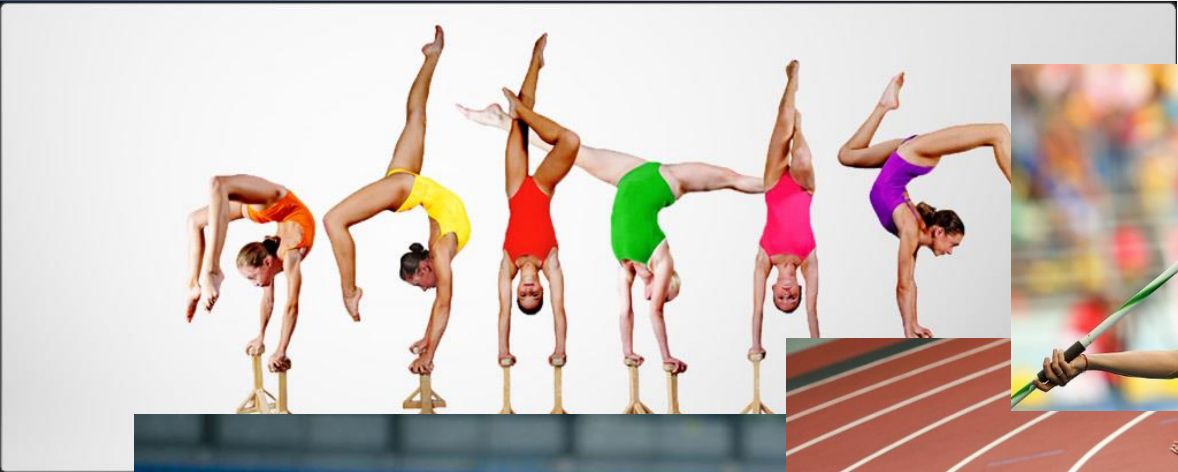
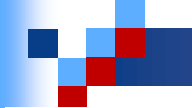


Рис. 4. Передача одной рукой от плеча



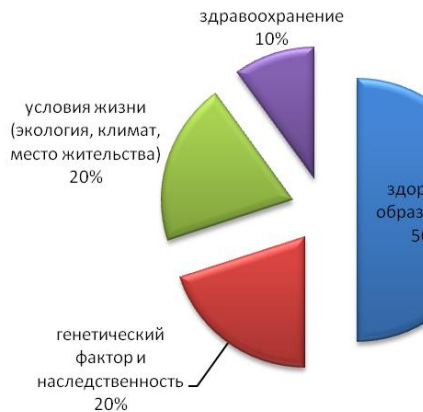


# ТЕХНИКА БЕГА С БАРЬЕРАМИ

## ВИДЕОФРАГМЕНТ



## ЗДОРОВЬЕ



## Факторы здоровья:

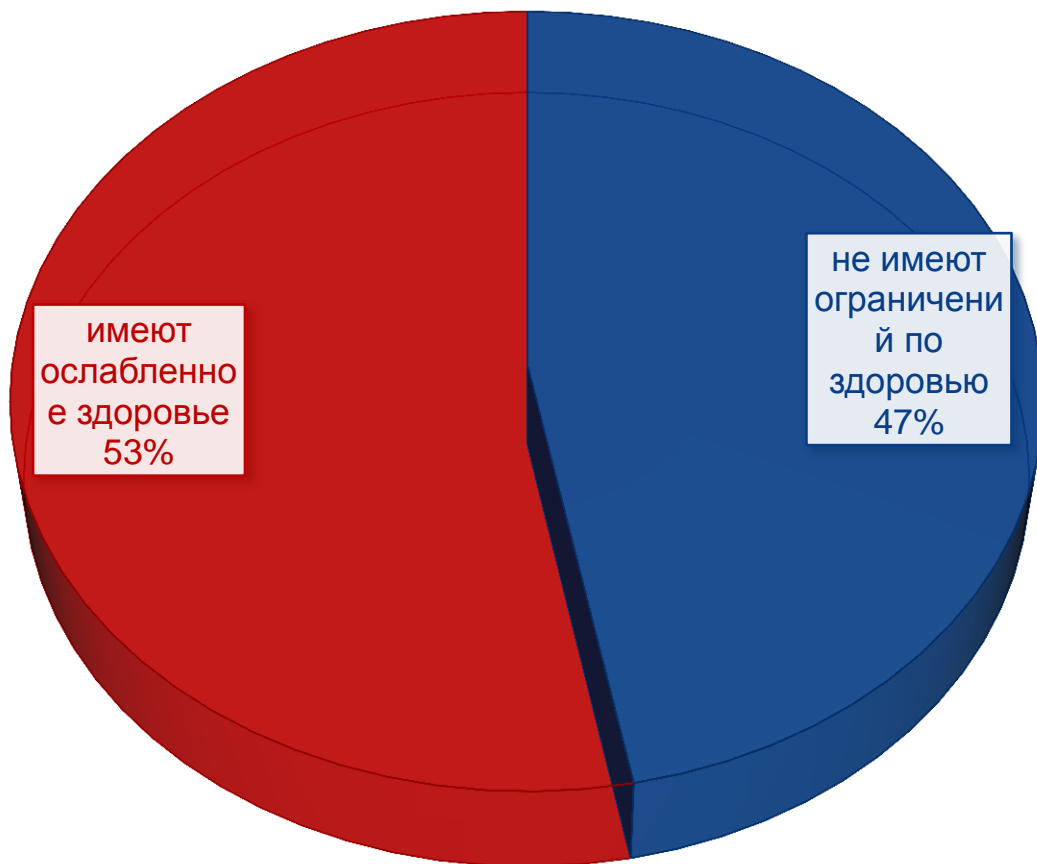
- солнечный свет
- здоровый сон
- свежий воздух
- физические упражнения
- чистая вода
- здоровая пища
- хорошая осанка
- отдых



**МЫ ЗА  
ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!**

**ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ  
- ВЫБОР МОЛОДЫХ**

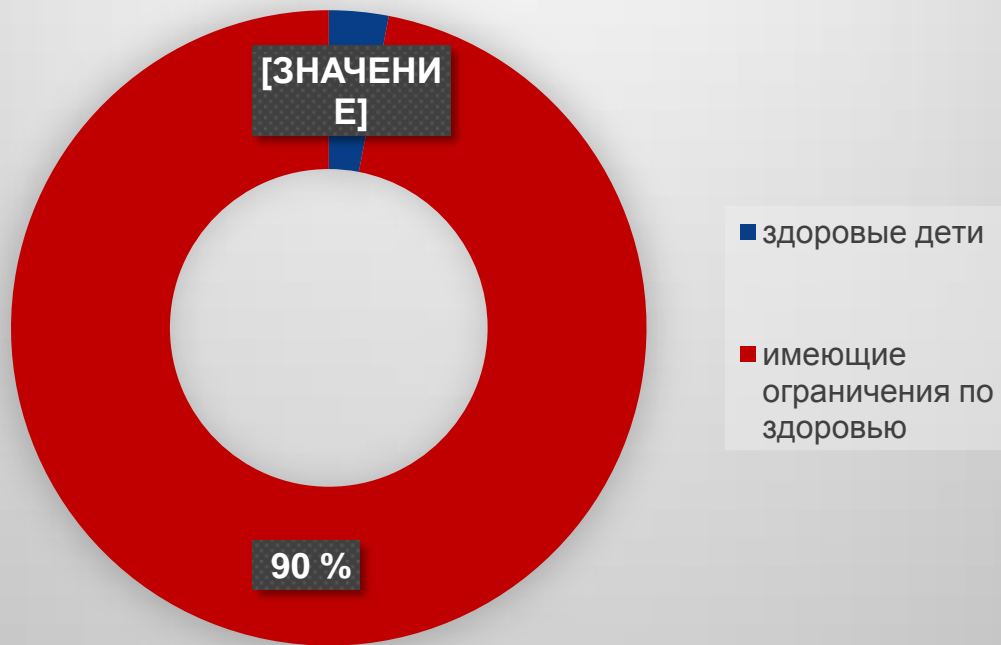
## СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ ШКОЛЬНИКОВ



По данным Минздравсоцразвития России, состояние здоровья детей и подростков в Российской Федерации характеризуется следующими показателями:

- из 13,4 миллионов детей школьного возраста более половины – 53 процента – имеют ослабленное здоровье;

## состояние здоровья школьников



лишь 10 процентов выпускников общеобразовательных учреждений могут быть отнесены к категории здоровых;



**Необходимость  
изучения  
теоретического  
материала**



**Необходимость  
аттестации обучающихся  
с ограничениями по  
здоровью**



**Необходимость идти в  
ногу со временем**



# ПОРТАЛ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ

 СПбЦОКОИИТ

Комитет по образованию Правительства Санкт-Петербурга

Санкт-Петербургский центр оценки качества образования  
и информационных технологий

Портал дистанционного обучения



Документация



Помощь

Гимнастика в школе ⓘ



Информатика 9 класс ⓘ

Правила Дорожного Движения ⓘ

Английский язык для старших классов (258) ⓘ

Человек и его здоровье ⓘ

Легкая атлетика в школе ⓘ



Волейбол в школе ⓘ



Окружающий мир - 258 ⓘ

Баскетбол в школе ⓘ



Математика (4 класс) 258-new ⓘ

«Клетки и ткани» Александрова Н.В. (258)-new ⓘ

«Обществознание. 5 класс» Мазурина И.П. (258)-new ⓘ



ГИМНАСТИКА  
В ШКОЛЕ



ЛЕГКАЯ  
АТЛЕТИКА В  
ШКОЛЕ



ВОЛЕЙБОЛ В  
ШКОЛЕ



БАСКЕТБОЛ В  
ШКОЛЕ

# ЭТОТ ON-LINE СЕРВИС СОЗДАН НА БАЗЕ ПЛАТФОРМЫ MOODLE



# ТОЛЬКО записавшиеся на курс студенты имеют возможность просматривать его

12-01-2014

> [Гимнастика](#) > [Настройка зачисления на курс](#)

## Настройка зачисления на курс

[Гимнастика в школе](#)

Если Вы хотите самостоятельно размещать свои материалы в категории своего ОУ, можете запросить импорт данного курса. По умолчанию в курсе создано 10 учебных модулей и новостной форум.

Учитель: [Логинова Инна Германовна](#)

Гости не имеют доступа к этому курсу. Войдите в систему.

[Продолжить](#)

# По своему усмотрению преподаватель загружает на сервер планы своих курсов, лекции, дополнительные задания для чтения, фотографии, презентации, видеофрагменты, и т. д., чтобы обучающиеся могли использовать их в любой удобный момент.

Про кроссовки – не экономьте на них. Правильно подобранная беговая обувь будет смягчать ваш шаг, и ослаблять силу вибрации, которая вредна для позвоночника. И помните: имея какие-либо проблемы со здоровьем, не начинайте бегать без предварительной консультации с врачом. Главный принцип – не навреди! Хотя и бывали редкие случаи, когда особо упорные отвергали советы докторов и совершали пробежки при наличии серьезных препятствующих тому недугов, а потом получали исцеление, все же так поступать ни в коем случае нельзя!



- спринт
- МИРОВОЙ РЕКОРД СПРИНТ
  - Усэйн Болт 100м за 9,58 мировой рекорд 16.08.2009.mpr4
- правила соревнований по беговым видам
- тест № 2 СПРИНТ

старт, быстрый бег и разный темп бега (ускор



**Остановка двумя шагами** - данная остановка мяча, с шагом правой (длинный шаг, с небольшой постановка ноги осуществляется перекатом с шаг левой более короткий сопровождается не



**Остановка прыжком** - данную остановку мож отталкивается ногой и делает невысокий стел несколько назад. Приземление осуществляет последующей постановкой другой. Тренируе

етном\_беге.PDF

гтики-2016. Эстафета 4x100. Мужчины. Финал. Украина 8-е

ТНЫЙ БЕГ»

ВЕТОВ	оценка
	2
	3
	4
	5

!1:00

**Возможность размещения онлайн тестов в материалах учебного курса позволяет получить оценку сразу, как только на вопросы будет дан ответ. Таким образом, тесты являются эффективным средством для оперативной проверки преподавателем и обучающимися текущего уровня освоения материала**

ДИПЛИНЫ спортивной гимнастики > тест УПРАЖНЕНИЕ НА СНАРЯДАХ > Просмотр

Вопрос 1  
Пока нет  
ответа  
Балл: 1,00  
Отметить  
вопрос  
Редактировать  
вопрос

Найдите ошибочное утверждение:

Выберите один ответ:

- а. Завершаются упражнения на перекладине акробатическим кувырком
- б. Вращения на перекладине могут выполняться как на двух руках, так и на одной
- с. Во время вращений на перекладине спортсмен не имеет права касаться перекладины телом

## тест № 1 "ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ"

вопросы по первому разделу

Оценка знаний теста «ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ»

количество правильных ответов	оценка
0-2	2
3-5	3
6-8	4
9-10	5

Разрешено попыток: 2

Тестирование закончено: Понедельник, 22 Октябрь 2018, 22:00

Ограничение по времени: 30 мин.

Метод оценивания: Высшая оценка

Попыток: 28

Результаты ваших предыдущих попыток



**Преподаватель имеет возможность выставлять определенные ограничения на прохождение тестов, например, даты и время начала и окончания тестирования, время прохождения теста, количество попыток, возможности предварительного просмотра и т. Д.**

Отображать описание / вступление на странице курса

Синхронизация

Начало тестирования       Включить

Окончание тестирования       Включить

Ограничение времени    Включить

При истечении времени

Льготный период отправки.    Включить

Оценка

Расположение

# Онлайн-вариант журнала контроля успеваемости позволяет обучающимся видеть свой прогресс в освоении курса. Размещение и прием заданий онлайн, значительно упрощает процедуру текущего контроля - оценки отслеживаются автоматически

Скачать табличные данные как

Фамилия / Имя	Состояние	Тест начат	Завершено	Затраченное время	Оценка/6,00	В. 1 /1,00	В. 2 /1,00	В. 3 /1,00	В. 4 /1,00	В. 5 /1,00	В. 6 /1,00
<input type="checkbox"/> Морозова Алика Просмотр попытки	Завершенные	6 Октябрь 2018 20:10	6 Октябрь 2018 20:27	16 мин. 57 сек.	6,00	✓ 1,00	✓ 1,00	✓ 1,00	✓ 1,00	✓ 1,00	✓ 1,00
<input type="checkbox"/> Корнилова Ксения Просмотр попытки	Завершенные	7 Октябрь 2018 11:58	7 Октябрь 2018 12:03	4 мин. 47 сек.	6,00	✓ 1,00	✓ 1,00	✓ 1,00	✓ 1,00	✓ 1,00	✓ 1,00
<input type="checkbox"/> Батухтин Евгений Просмотр попытки	Завершенные	14 Октябрь 2018 19:55	14 Октябрь 2018 20:04	8 мин. 50 сек.	6,00	✓ 1,00	✓ 1,00	✓ 1,00	✓ 1,00	✓ 1,00	✓ 1,00
<input type="checkbox"/> Значкова Полина Просмотр попытки	Завершенные	16 Октябрь 2018 17:29	16 Октябрь 2018 17:34	5 мин. 16 сек.	5,00	✓ 1,00	✓ 1,00	✓ 1,00	✓ 1,00	✓ 1,00	✗ 0,00
<input type="checkbox"/> Киревнин Дмитрий Просмотр попытки	Завершенные	17 Октябрь 2018 20:50	17 Октябрь 2018 20:59	8 мин. 59 сек.	6,00	✓ 1,00	✓ 1,00	✓ 1,00	✓ 1,00	✓ 1,00	✓ 1,00
<input type="checkbox"/> Гришин Александр Просмотр попытки	Завершенные	19 Октябрь 2018 20:28	19 Октябрь 2018 20:38	9 мин. 38 сек.	5,00	✓ 1,00	✓ 1,00	✗ 0,00	✓ 1,00	✓ 1,00	✓ 1,00
<input type="checkbox"/> Колдаева		20									



# Форумы и чаты предоставляют для зарегистрированных участников курса средства коммуникации за пределами учебных аудиторий.

## Новостной форум

прохождение тестирования

Древовидно

Переместить обсуждение в ...

Перенести

Открепить



**прохождение тестирования**

от **Инна Германовна Логинова** - Суббота, 24 Ноябрь 2018, 18:00

Уважаемые участники курса! Обращаю ваше внимание, что каждый тест имеет свой срок прохождения. Прошу не опаздывать и вовремя получать оценки. Если вы не удосужились пройти тест, то ваша оценка за него будет неудовлетворительная. Это касается прежде всего тех, кто имеет полное освобождение от практических занятий.

[Постоянная ссылка](#) | [Редактировать](#) | [Удалить](#) | [Ответить](#)

- Таким образом, используя возможности Портала дистанционного обучения, можно организовать обучение и оценивание часто болеющих детей, детей, имеющих серьёзные ограничения по здоровью, которые не могут на уроках физкультуры заниматься практическими упражнениями, а также для всех желающих получить дополнительную оценку за теоретические знания по программе предмета **«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**.



- **Для начала это был только эксперимент, но он оправдал себя, и я планирую расширить количество изучаемых видов спорта, создать отдельно курсы для учеников начальной школы, создать курс по технике безопасности и т. д.**



Учитель физической культуры  
ГБОУ СОШ № 258  
Колпинского района г. Санкт-  
Петербурга  
Логинова И. Г.