

**ПОВЫШЕНИЕ МОТИВАЦИИ УЧАЩИХСЯ НА УРОКАХ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ QR-КОДОВ
В РАМКАХ ЦИФРОВОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

Методические рекомендации



Петропавловск 2023г

В методических рекомендациях представлен инновационный подход для повышения мотивации учащихся на уроках физической культуры с применением элементов цифрового образования. В пособии представлен широкий спектр применения QR-кода на уроках физической культуры, алгоритм создания, дидактический материал.

Рекомендации предназначены для учителей физической культуры общеобразовательных школ в процессе обучения школьников в режиме онлайн и офлайн обучения.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	
Глоссарий.....	
1 Цели и задачи применения QR-кода на уроках физической культуры	
2 Алгоритм создания QR-кода и применение его в процессе онлайн и офлайн-обучения.....	
3 Правила техники безопасности при использовании устройств мобильной связи во время учебного процесса.....	
4 Дидактический материал	
Рекомендуемая литература.....	

Введение

В соответствии с социально-экономическими особенностями современного общества, его дальнейшим развитием и, исходя из сущности общего среднего образования, цель физического воспитания в школе состоит в том, чтобы содействовать формированию всесторонне развитой личности.

Основное средство достижения этой цели - овладение школьниками основами личной физической культуры, под которой понимается органическое единство знаний, потребностей, мотивов, оптимальный уровень здоровья, физического развития, разностороннее развитие двигательных (координационных и кондиционных) способностей, умение осуществлять собственно двигательную, физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

В данных рекомендациях представлен материал для выполнения практических и теоретических занятий на уроках физической культуры (в формате онлайн и офлайн обучения), направленный на гармоническое развитие личности. Использование QR-кода применяется для повышения мотивации учащихся на уроках физической культуры в рамках цифрового образования.

Глоссарий

Академические достижения - личностные достижения обучающегося в освоении образовательной программы, которые могут влиять на успешность в его образовательной и будущей профессиональной деятельности.

Асинхронный формат - метод обучения, в процессе которого контакт между обучающим и обучаемым осуществляется с задержкой во времени. Интернет-ресурсы, используемые для поддержки асинхронного обучения, включают в себя электронную почту, электронные списки рассылки, электронные курсы. Асинхронные формы обучения иногда дополняются синхронными компонентами, такими, как голосовой чат, телефонный разговор, вебинар, видеоконференция, встреча в виртуальном пространстве. В основе асинхронного принципа организации образовательного процесса лежит конструктивистская теория обучения, предоставляющей обучаемому большую свободу при выборе дисциплин и продолжении образования, при этом возлагая на него большую ответственность за собственное обучение, чем при синхронной организации образовательного процесса.

Веб-сайт - совокупность веб-страниц, физически находящихся на одном веб-сервере и объединенных одним именем, общей тематикой и системой навигации. Частным случаем размещения веб-сайта в сети Интернет является интернет-сайт.

Виртуальная школа — это форма организации дополнительного образования с использованием дистанционных образовательных технологий, позволяющих учащимся в режиме онлайн проходить обучение по профильным предметам интеллектуальных школ.

Дистанционное образование - процесс приобретения знаний и навыков с помощью образовательной среды, основанной на использовании информационных технологий, обеспечивающих обмен учебной информацией на расстоянии, и реализующей систему сопровождения и администрирования учебного процесса.

Критическое мышление - способность анализировать информацию с позиций логики, умение выносить обоснованные суждения, решения и применять полученные результаты, как к стандартным, так и нестандартным ситуациям, вопросам и проблемам. Этому процессу присуща открытость новым идеям. Формирование критического мышления - одна из актуальнейших задач современного обучения.

Компетентность – результат образования, выражающийся в овладении определенным набором знаний, умений, навыков, а также способов и приемов реализации в развитии и саморазвитии личности по отношению к предмету воздействия.

Методические рекомендации - комплекс кратких и четко сформулированных предложений и указаний, способствующих внедрению в практику наиболее эффективных методов и форм обучения, воспитания, развития.

Мотивация - вся совокупность стойких мотивов, побуждений, определяющих содержание, направленность и характер деятельности личности, ее поведения.

Новаторство - деятельность по внесению и осуществлению новых, прогрессивных идей, приемов в педагогическом процессе.

Онлайн-обучение – это получение знаний и навыков при помощи компьютера или другого гаджета, подключенного к интернету в режиме «здесь и сейчас». Этот формат обучения еще называют e-learning или «электронное обучение». И оно считается логическим продолжением дистанционного. А слово «онлайн» лишь указывает на способ получения знаний и связи учителя с учащимся. Во время онлайн-обучения учащийся смотрит лекции и видеозаписи или в прямой трансляции общается с одноклассниками и преподавателем, проходит тесты и пр.

Офлайн-обучение – принято понимать такой «обучающий маневр», при котором учащийся самостоятельно осваивает учебный план и в определенные сроки сдает письменные работы, проходит тестирования и т.д. в удобное для него время. В этом случае у учащихся наблюдается прямой контакт с учителем. Он общается с ним во время занятий и внеурочное время (при необходимости).

Педагогическая технология - научно обоснованный и апробированный на практике набор операций по формированию, развитию и контролю знаний, умений, навыков, отношений в соответствии с заявленными целями.

Поколение Альфа — это самые молодые люди на планете. Те, кто родился после 2010 года. Это дети, которые начинают серфить в интернете раньше, чем учатся читать.

Синхронный формат – при одновременном присутствии в сети обучающихся и преподавателя. Такое обучение позволяет полностью погрузиться в образовательную среду и повышать эффективность образовательного процесса.

Система педагогических методов – это единство методов обучения и воспитания, реализуемых в целостном педагогическом процессе.

Тренд (от английского trend) - это направление, течение, тенденция.

Перевернутый класс (англ. flipped classroom) — принцип обучения, по которому основное усвоение нового материала учащимися происходит дома, а время аудиторной работы выделяется на выполнение заданий, упражнений, проведение лабораторных и практических исследований, индивидуальные консультации учителя.

Цифровая грамотность - набор знаний и умений, которые необходимы для безопасного и эффективного использования цифровых технологий и ресурсов Интернета.

Bring your own devices (BYOD) – это технология, при которой для занятий активно используются смартфоны, ноутбуки, планшеты и всё что угодно. Но это не устройства, предоставленные образовательной

организацией, а самые разные телефоны и компьютеры, которые уже есть у учеников.

QR-код – (англ. *Quick Response code* – код быстрого отклика; сокр. *QR code*), квадратная картинка, в которую закодирована информация. Это может быть обычный текст, адрес в Интернете, телефон, координаты какого-либо места и т.д. Их специальный вид облегчает чтение заложенных данных с помощью современных мобильных телефонов оснащенных камерами.

1 Цели и задачи применения QR-кода на уроках физической культуры

Только активными методами обучения можно заинтересовать учащегося. Преподнесение готового материала, без постановки перед учениками определенных задач, не вызывает у обучающихся особого интереса и мешает воспринимать знания. Отсюда вывод – средством воспитания устойчивого интереса к учению является использование педагогом таких вопросов и заданий, которые требовали бы от учащихся активной поисковой деятельности. Большую роль в этом играет создание проблемных ситуаций и столкновение учащихся с трудностями, которые они не могут разрешить с помощью имеющегося запаса знаний. В этом случае ученики сами убеждаются в необходимости получения новых навыков или применения уже усвоенных знаний.

Целью применения QR-кода на уроке физической культуры является:

- повышение качественного уровня образования за счет более активного использования научного и образовательного потенциала;
- создание условий для непрерывного образования;
- введение в процесс учебы новейших образовательных технологий и создание посредством этого современного образовательного пространства;
- стимулирование самостоятельной поисковой работы обучающихся, направляемой преподавателем;
- повышение функциональных резервов организма учащихся;
- постепенный переход от репродуктивного обучения к более современному - креативному.

Для достижения данных целей изначально следует решить ряд основополагающих задач:

- сохранение и укрепление здоровья, развитие физических качеств и возможностей, воспитание свойств личности, ведение активного образа жизни;
- организация обратной связи с учащимся. Эта задача важна для своевременной корректировки преподавателем учебного процесса;
- личная заинтересованность самого учащегося, когда необходимо развивать интерес к изучению самого себя, своих функциональных возможностей;
- обеспечение двигательной активности в режиме дня.

Все применяемые методы, приемы, используемые средства, обоснованы и проверены на практике, не наносят вреда здоровью учеников. Руководствуясь этим, работу можно выстроить по трём принципам: «**хочу**», «**умею**», «**применяю**».

«**Хочу**» – это постоянное желание ребёнка делать что-то на уроке. Он приходит на урок, так как ему интересно и комфортно, потому он уверен, что будет непосредственным участником, а не наблюдателем. А чтобы желание быть участником не пропадало, на каждом уроке должна быть «изюминка».

«Умею» – это тот реальный и индивидуальный показатель здоровья ребёнка, из которого приходится исходить учителю при построении урока на протяжении всего учебного периода в школе.

«Применяю» – этот показатель, безусловно, определяется мастерством учителя, насколько он, как педагог, способен донести свои профессиональные знания до ученика, чтобы ребёнок научился совершенствовать их на практике. У каждого, есть своя «планка» – тот самый личный предел, освоить который вполне по силам.

Учитель физической культуры ставит на уроке задачи, которые можно сформулировать следующим образом:

1. Совершенствовать навыки основных видов движений и двигательных действий, приобретенных на уроках ранее;
2. Повышать уровень физической работоспособности;
3. Содействовать поддержанию высокого уровня умственной работоспособности;
4. Развивать силовую и скоростную выносливость;
5. Формировать умения самостоятельно подбирать и выполнять физические упражнения с целью личного совершенствования и для проведения занятий с группой товарищей.

Очень распространён вывод, что телефоны на уроках мешают и отвлекают ученика от его учебной деятельности. Как уже говорилось ранее, в настоящем и ближайшем будущем тяжело обойтись без мобильных и компьютерных устройств. Отсюда следует вывод, что нужно совместить «приятное с полезным» и вовлечь школьников в учебную познавательную деятельность с помощью их смартфонов.

2 Алгоритм создания QR- кода и его применение в процессе онлайн и офлайн-обучения

QR-код – квадратная картинка, в которую закодирована информация. Это может быть обычный текст, адрес в интернете, телефон, координаты какого-либо места и т.д. Их специальный вид облегчает чтение заложенных данных с помощью современных мобильных телефонов, оснащенных камерами. Достаточно навести камеру телефона на код и тут же получить доступ к его содержимому.

Предком QR-кода является популярный в своё время линейный одномерный штрих код, который применялся в основном в торговле и содержал в себе краткую информацию о товаре.

Удобство применения QR-кода очевидно – достаточно навести камеру телефона на его изображение, и закодированная информация выводится на экран. Для того чтобы отсканировать QR-код нужно воспользоваться смартфоном или планшетом с камерой, у вас должна быть установлена любая программа сканера QR-кода. Далее нужно запустить сканер и навести камеру устройства на код. Программа распознает содержимое кода, и вы получите

соответствующее содержимому предложение – прочитать текст, перейти по ссылке, сохранить данные и т.д.

Чтобы создать QR-код, нужно:

1. Приготовить нужный материал (карточку, видеоролик, фотографию и т.д.). С документов, в программу Word, на которых есть картинки, рисунки, таблицы, нужно сделать скриншот с экрана компьютера. (Кнопка на клавиатуре – «prt sc sysrd»).

В верхней строке появится кнопка – «обрезать». Нажать на неё и, обрезав до нужных размеров материал, сохранить в виде фотографии.

2. Открыть свою электронную почту, перейти в облако и скачать весь подготовленный вами материал с вашего компьютера. К каждому скачанному файлу будет прикреплена ссылка в виде скрепки, нажав на которую, вы сможете скопировать её.

3. Скопировав ссылку нужного файла из облака, открыть генератор QR-кода <http://qrcoder.ru/?t=1>

4. Вставить в строку скопированную ссылку и нажать на надпись «Создать код». Ваш QR-код появится в окне, под надписью: «Здесь будет ваш QR-код». Скопируйте как картинку и вставьте в нужный вам документ.

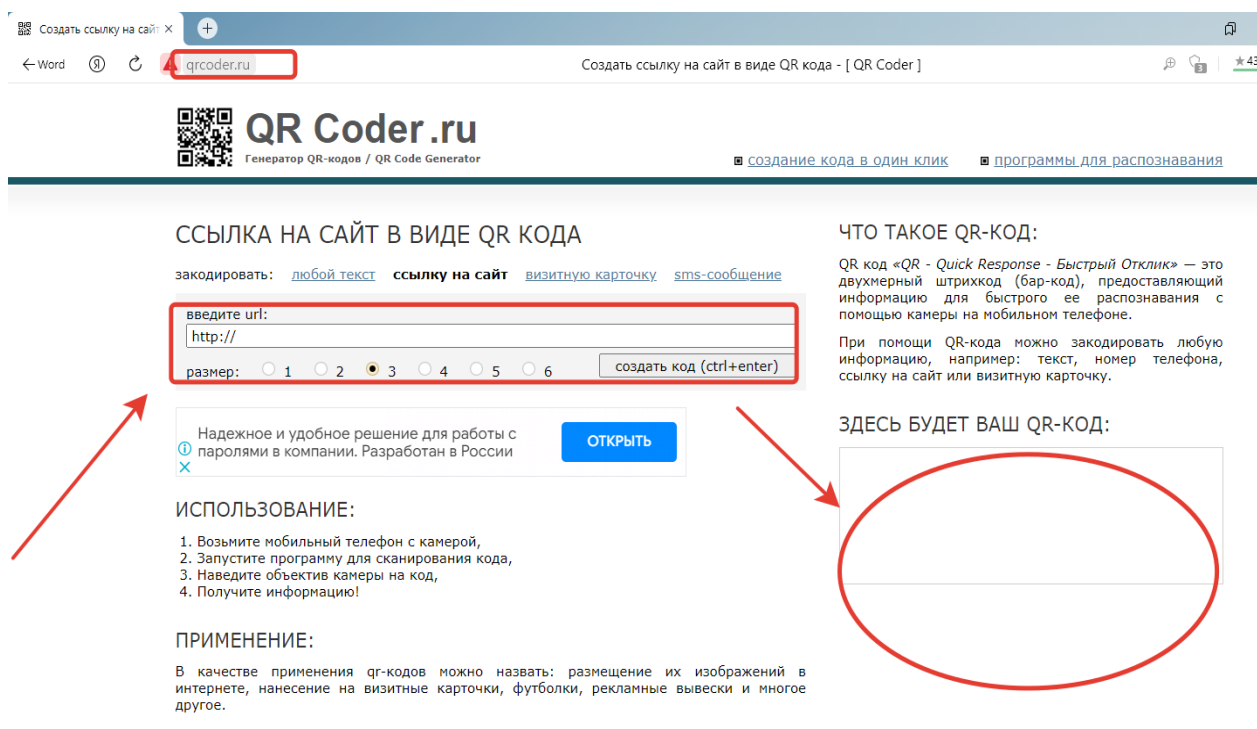


Рис.1. Скриншот

С помощью QR-кода для уроков физической культуры можно закодировать любой текст. Это могут быть: правила любой игры, комплекс ОРУ (ДМ, карточка №1). Подводящие упражнения для освоения элементов спортивных игр (ДМ, карточка №2). Задания для выполнения в микрогруппах на учебных местах. Учащиеся на каждом учебном месте при помощи

программы сканирования QR-кода получают задание, просматривают, изучают и затем выполняют. По сигналу учителя меняются учебными местами (ДМ, карточка №3). Упражнения на координационной лестнице (ДМ, карточка №4-5). Для учащихся, временно освобожденных от урока, можно применить карточки:

1. Жесты судьи (ДМ, карточка № 6-7)
2. Загадки о спорте (ДМ, Карточка №8)
3. Ребусы (ДМ, Карточка №9-10).
4. Вопросы по видам спорта (ДМ, Карточка №11-12).

Для учащихся, освобождённых от физических нагрузок, при наличии в школе медийной аппаратуры, выводятся на экран задания, которые они сканируют и выполняют, или получают карточки с заданием (теоретическим материалом по ОБЖ, соответствующим данному уроку, сканвордами, ребусами и т. д. Домашнее задание, которое учащиеся должны выполнить самостоятельно (ДМ, Карточка №13). QR-коды могут содержать ссылки на интернет ресурсы, прочтение кода направит учащегося на нужный сайт, избавляя от необходимости тщательно вводить множество знаков в адресной строке браузера [8], например, при изучении жестов судьи (ДМ, Карточка №14).

Дистанционный урок физической культуры не только дает возможность учащимся получить необходимую информацию в полном объеме в соответствии с общеобразовательным стандартом, но и увеличить двигательную активность учащихся за счет самостоятельных и индивидуальных занятий. Не у всех есть дома спортивный инвентарь: мячи, гантели, обручи. Поэтому в период дистанционного обучения мной были разработаны и отсняты видеоролики «Весёлая физкультура», в которых учащиеся получали задания выполнить упражнения, используя предметы которые есть у всех дома: карандаши, листы бумаги, книги и т.д.).

Необходимо отметить, что QR-код не является каким-то, как принято сейчас говорить, «трендом», а применяется уже довольно длительный промежуток времени. Он прост и удобен в использовании, а количество методов применения безгранично, как уже говорилось, всё зависит только от творчества и мастерства педагога.

Применять QR-код можно при онлайн-обучении, офлайн-обучении, при синхронном и асинхронном форматах обучения.

3 Правила техники безопасности при использовании устройств мобильной связи во время учебного процесса

Целью настоящих методических рекомендаций является определение порядка использования устройств мобильной связи (QR-кода) на уроке физической культуры.

Во время обучения, под руководством учителя, необходимо соблюдать правила техники безопасности (*далее – ПТБ*). Для повышения мотивации

обучающихся и повышения эффективности образовательного процесса на уроках физической культуры рекомендуется применять мобильные телефоны (не на каждом уроке).

Рекомендуется:

- предусмотреть места хранения во время образовательного процесса устройств мобильной связи обучающихся;
- ограничить бесконтрольное использование учащимися устройств мобильной связи во время учебного процесса;
- проводить мероприятия, направленные на воспитание культуры использования устройств мобильной связи у всех участников образовательного процесса;
- определить меры и лица по выработке культуры безопасной эксплуатации устройств мобильной связи, профилактике неблагоприятных для здоровья и обучения детей эффектов (назначить в классе, группе и т.д. ответственных за соблюдение ПТБ);
- исключить ношение устройств мобильной связи на шее, поясе, в карманах одежды;
- максимально сократить время контакта с устройствами мобильной связи.

Плюсы: школьники получают информацию в привычной для них форме (через видео, статьи, чаты) и охотнее учатся. Они увереннее управляют собственным образованием и за пределами класса.

Формат «перевернутого класса» (flipped classroom). Изучение материала и выполнение заданий происходит в противоположной стандартному уроку последовательности. Дома ученик через QR-код, через интернет просматривает теоретическую часть, а также практическую, предложенную преподавателем.

Это высвобождает больше времени на общение учителя и ученика в классе и на работу в группе. Проболевшие ученики легче включаются в учебу: видеолекция содержит всю необходимую информацию по теме. Кроме того, к такому ресурсу всегда можно вернуться.

По сути, ребята со смартфонами просто переносят в школу привычный для них «формат» многозадачности – совмещение разных видов деятельности. Работают сразу несколько каналов восприятия, а жизнь не разделяется на онлайн и офлайн.

Что касается образования, то это очень эффективный метод привлечения детей к учебно-познавательной деятельности, изобретение, увлекающее подростка в виртуальный мир. Надо учиться использовать без вреда, а заложенные в юном возрасте полезные привычки и знания о здоровье станут крепкой основой для долгой и интересной жизни.

4 Дидактический материал

Карточка №1
Комплексы общеразвивающих упражнений

КОМПЛЕКС ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ УПРАЖНЕНИЙ №1



КОМПЛЕКС ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ УПРАЖНЕНИЙ №2



КОМПЛЕКС ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ УПРАЖНЕНИЙ №3



Карточка №2

Спортивные игры – подводящие упражнения. Волейбол.



Карточка №3


Примерный план-конспект урока с использованием QR-кода

Краткосрочный план урока физической культуры (наименование организации образования). Поурочный план или краткосрочный план для педагога организации среднего образования (тема урока)

Раздел:	Взаимодействие через командные спортивные игры.	
ФИО педагога		
Дата:		
Класс:	Количество присутствующих:	Количество отсутствующих:
Тема урока	Командная деятельность и лидерство в играх	
Цели обучения в соответствии с учебной программой	7.2.1.1 оценивать приобретенные знания, связанные с движением для реагирования на изменяющиеся обстоятельства 7.2.2.1 уметь обсуждать и демонстрировать лидерские навыки и навыки работы в команде	
Цели урока	Все учащиеся: соблюдают правила техники безопасности Большинство учащихся: выполняют правильное ведение и передачу мяча; оценивают приобретенные знания. Некоторые учащиеся: проявляют лидерские навыки и навыки работы в учебной игре	

Ход урока

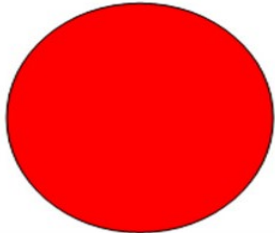
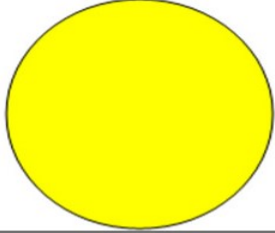
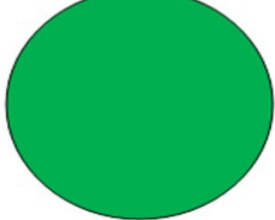
Этап урока/ Время	Действия педагога	Действия ученика	Оценивание	Ресурсы
Начало урока	1. Построение. Приветствие на трех языках: Сәлеметсіздер ме. Good morning! 2. Учитель формулирует тему урока, знакомит с целями обучения и критериями оценивания. 3. Дает методические рекомендации.	Общеразвивающие упражнения в ходьбе. Ходьба: -на носках руки вверх; -на пятках руки на пояс; -в полу-приседе руки за спиной. 2. Равномерный бег с изменением направления движения. 3. Специальные беговые упражнения: -с высоким подниманием бедра; - с захлестыванием голени; - приставным шагом (правым, левым боком) 4. Общеразвивающие упражнения в движении шагом: упр.1 , 2, 3, 4, и т.д	Дискрипторы: -демонстрирует знание специфической терминологии; -демонстрирует технически правильное выполнение упражнений; -демонстрирует высокую интенсивность выполнения упражнений; -выполняет все задания разминки	Правила и нормы ТБ, а также поведение учащихся на уроке физической культуры Свисток, секундомер для учителя.
Середина урока	Дает команды для перестроения.	(К, Г.) Расчет на первый-второй, первые номера берут по баскетбольному мячу.	Дискрипторы:	Баскетбольные мячи, свистки, маркеры, бумага

<p>Перестроение колонну по два дистанция один метр. Поворот лицом друг к другу, дистанция 5м., Объясняет, показывает упражнения. Дает методические рекомендации. Следит за ПТБ.</p> <p>Выбор четырёх лидеров класса.</p> <p>По сигналу учителя выполняется смена учебных мест.</p> <p>Методические рекомендации.</p>	<p>Работа в парах с мячом: (Г,П,И,Ф.)</p> <p>1упр.- жонглирование, по свистку передача мяча вторым номерам.</p> <p>2упр.- перевод мяча вокруг туловища и головы, по свистку передача мяча вторым номерам.</p> <p>3упр.-прокатывание мяча по полу восьмеркой вокруг ног, по свистку передача мяча вторым номерам.</p> <p>4упр.-выполнение восьмерки вокруг ног над полом, по свистку передача мяча вторым номерам.</p> <p>5упр.-в положении сидя, выполнить дриблинг правой-левой рукой, по свистку передача мяча вторым номерам</p> <p>Выбирая поочерёдно по одному игроку, лидеры формируют свою группу для работы на уроке.</p> <p>Перед работой учащиеся на каждом учебном месте при помощи программы сканирования QR- кода получают задание, просматривают, изучают и затем выполняют, для этого каждой команде даётся три минуты для обсуждения и по две минуты на выполнение.</p> <p>(И,Г,Ф.) Задания по станциям:</p> <p>1ст.- Ведение мяча с обводкой пассивного защитника и броска в два шага.</p> <p>2ст.- Набрасывание мяча на верхнюю перекладину шведской стенки.</p> <p>3ст.- Передача мяча в парах различными способами.</p> <p>4ст.- Бросок мяча по кольцу в два шага после приёма передачи от партнёра.</p> <p>Двухсторонняя учебная игра в баскетбол.</p> <p>Команды играют по три минуты.</p>	<p>-соблюдает технику безопасности и правила игры,</p> <p>-видит риски и принимает решения, чтобы избежать столкновения,</p> <p>-использует технику перемещения в стойке баскетболиста.</p> <p>Вопрос для обсуждения: Ориентирование в пространстве это-.....</p> <p>Вопрос для диалога: Оцените роль центрвого игрока в игре. Каким должен быть центрвой игрок? Какими навыками обладать? Помог ли вам ваш центрвой игрок в игре?</p>	<p>https://www.youtube.com/watch?v=X4wNW8dp2YU</p> <p>Интернет ресурсы гаджеты.</p> <p>Ирровые наикидки,баскетбольные мячи, фишки, стойки, шведская стенка,баскетбольное кольцо. Большое, свободное пространство для каждого вида деятельности.</p>	<p>1 станция</p>  <p>2 станция</p>
--	--	--	---	---

Карточка №4
Выполни упражнение на координационной лестнице!



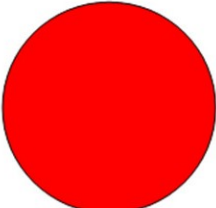
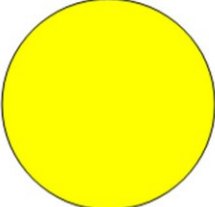
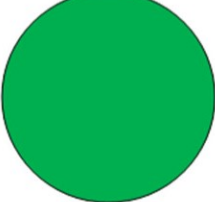
Рефлексия светофор

	<p>Мне нужна помощь!!! Я многое не понял!!!</p>
	<p>Мне многое было понятно!!!</p>
	<p>Я все понял!!! У меня все получилось!!!</p>

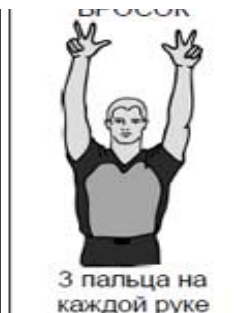
Карточка №5
Выполни упражнение на координационной лестнице!



Рефлексия светофор

	<p>Мне нужна помощь!!! Я многое не понял!!!</p>
	<p>Мне многое было понятно!!!</p>
	<p>Я все понял!!! У меня все получилось!!!</p>

Карточка №6
Что означают данные жесты судьи?



Твой ответ:

Твой ответ:

Твой ответ:

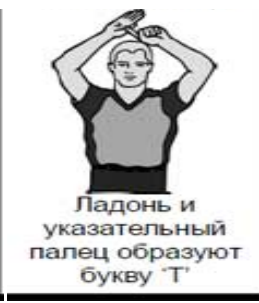
Твой ответ:

Твой ответ:

Проверь себя!!!



Карточка №7
Что означают данные жесты судьи?



Твой ответ:

Твой ответ:

Твой ответ:

Твой ответ:

Твой ответ:

Проверь себя!!!



Карточка №8
Прочитай, отгадай!!!

... е еоненешноу у
евои эн а ипашага, а не пове
.уку.через еороша, е эн
но веши с погаца мешко
еваи мкцик эн рокаем.
•згеср комавра подежааем,

Твой ответ: _____

Проверь себя



... вшээр ари
;вои о ршио и ...шнэшоб
.шкшох »ршиоросишр« ирниеро
ешкред эи ирипури еев оле
.Чкв-лкнбер вои о шор и
еорпешенри ее несутя екач
.ани посеревиене
и крлг посеревиене
на ковраха еср корзирт,
шии, как двизнеу, еисит,
•е сормзане еср и свае шит,

Твой ответ: _____

Проверь себя



... ирш видоив рнецо
;вои црши хшорша е и
;адиаеае товооц
- роовли веаеидоду
и нацгеае доврше пове.
•содерем комангу е шкове

Твой ответ: _____

Проверь себя



Карточка №9
Разгадай ребусы!

<p>rebus1.com</p> 	<p>Проверь себя</p> 
<p>Твой ответ: _____</p>	
<p>rebus1.com</p> 	<p>Проверь себя</p> 
<p>Твой ответ: _____</p>	
<p>rebus1.com</p> 	
<p>Твой ответ: _____</p>	<p>Проверь себя</p>

Карточка №10

Задания для учащихся, освобождённых от физических нагрузок

Фамилия, имя _____

Класс _____

Разгадай ребус!



Твой ответ: _____

Проверь себя



Карточка №11






Задания для учащихся, освобождённых от физических нагрузок

Тема «Волейбол».

Фамилия, имя _____

Класс _____

Ответь на вопросы

1	Что означает слово «волейбол»: а) скользящий мяч б) удар с лету в) прыгающий мяч Твой ответ: _____	Проверь себя 
2	Размеры игрового поля в игре волейбол: а) 15х30 б) 12х24 в) 9х18 Твой ответ: _____	Проверь себя 
3	Сколько игроков может находиться на площадке во время игры в одной команде: а) 5 б) 6 в) 8 Твой ответ: _____	Проверь себя 
4	Во время игры команда получает очко: а) мяч попал в сетку б) мяч вылетел в аут в) при успешном приземлении мяча на площадку соперника Твой ответ: _____	Проверь себя 
5	Переход игроков осуществляется: а) куда покажет тренер б) против часовой стрелки в) по часовой стрелки Твой ответ: _____	Проверь себя 





Карточка №12

Задания для учащихся, освобождённых от физических нагрузок
Тема «Баскетбол»

Фамилия Имя _____

Класс _____

Ответь на вопросы

1	Сколько человек играет на площадке в составе одной команды: а) 6 б) 10 в) 5 Твой ответ: _____	Проверь себя 
2	Техника владения мячом включает в себя один из следующих приемов: а) остановки б) броски в корзину в) развороты Твой ответ: _____	Проверь себя 
3	Размеры баскетбольной площадки: а) 12м. X 24м. б) 9м. X 18м. в) 14м. X 26м. Твой ответ: _____	Проверь себя 
4	На какой высоте находится баскетбольная корзина: а) 300 см. б) 305 см. в) 260 см. Твой ответ: _____	Проверь себя 

Карточка №13
Упражнения с нейроскалкой



Карточка №14
Видеоролик – жесты судьи



Рекомендуемая литература

1. Авраменко А. Мобильное обучение: этапы развития и современные тенденции // Научные ведомости БелГУ. Гуманитарные науки. Вып. 17. — 2013. — № 6. — С. 11–16
2. Белогулов А.Ю. Стратегия и методология профессионального развития педагогов в течение всей жизни // Педагогика: журнал. - 2016 - №7. – С. 58-64
3. Кенжибаева З.С., Садырова М.С., Мухтар Е.С., Момынкулова Ш.О. Использование цифровых технологий в системе дистанционного образования: зарубежный опыт и Казахстан. Вестник КазНУ им. аль-Фараби. Серия «Педагогические науки». Том 67. 2021. - №2 – С. 40-50
4. Кудрявцев А.В. Основные возможности использования мобильных устройств в системе высшего образования // Педагогическое образование в России. 2016. №6. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osnovnye-vozmozhnosti-ispolzovaniya-mobilnyh-ustroystv-v-sisteme-vysshego-obrazovaniya> (дата обращения: 10.03.2023).
5. Дрейт Н.А., Краснолюбова Р.В., Копкина Е.И., Ченцов Д.С. Методические рекомендации по организации дистанционного обучения по предмету: «Физическая культура». Костанай: НИИ ФМН, 2021
6. Шишковская Ю. В. Использование мобильных устройств в педагогической практике // Молодой ученый. — 2015. — №11. — С. 1519-1521. — URL <https://moluch.ru/archive/91/19608/> (дата обращения: 10.03.2023).
7. http://textovod.com/unique/link?url=https%3A%2F%2Fnsportal.ru%2Fnachalnaya-shkola%2Fobshchepedagogicheskie_tekhnologii%2F2018%2F12%2F04%2Fqr-kod-kak-odno-iz-interaktivnyh&key=9a1d384f47761650cd411ee730687dcc
8. <http://textovod.com/unique/link?url=https%3A%2F%2Fnsportal.ru%2Fshkola%2Ffizkultura-i-sport%2Flibrary%2F2021%2F01%2F14%2Fprimenenie-qr-kod-na-uroke-fizicheskaya-kultura&key=b03fc24db3ed8a8e01a7a3e25709ed5a>
9. <http://textovod.com/unique/link?url=https%3A%2F%2Fwww.1urok.ru%2Fcategories%2F7%2Farticles%2F40783&key=6e8466ab461062d780f66e736160c266>