



## **Методические рекомендации по проведению занятий по физической культуре в дистанционной форме**

1. Методические рекомендации разработаны в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», а также приказом Минобрнауки России от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ», в целях оказания методической помощи при проведении занятий по физической культуре в дистанционной форме.

2. Под дистанционными образовательными технологиями понимаются образовательные технологии, реализуемые в основном с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии обучающихся и педагогических работников.

3. Для организации дистанционного обучения используются специализированные программные ресурсы, информационно образовательные среды, технологические платформы и различные виды телекоммуникаций.

4. Под технологической платформой дистанционного обучения понимается совокупность программно-технических средств, направленных на предоставление услуг дистанционного обучения, включая администрирование учебных процедур и проведение учебного процесса на расстоянии.

5. Применяются следующие виды технологических платформ дистанционного обучения:

- кейс-технология – основывается на использовании наборов (кейсов) текстовых, аудио-, видео- и мультимедийных учебно-методических материалов и их рассылке для самостоятельного изучения обучающимся при организации регулярных консультаций у педагогических работников. Для каждого обучающегося составляется индивидуальный план, где они получают кейс, содержащий пакет учебных пособий, мультимедийный видеокурс, обучающие программы на CD-ROM и электронную рабочую тетрадь;

- сетевые технологии – используются телекоммуникационные сети для обеспечения обучающихся учебно-методическим материалом и взаимодействия с различной степенью интерактивности между педагогическим работником и обучающимся.

Виды сетевых технологий	Описание
Асинхронные технологии (реализуют распределенное обучение) – офлайн-обучение на основе средств коммуникаций, позволяющие передавать и получать данные в удобное время для каждого участника процесса, независимо друг от друга	
форум	публичный обмен опытом, знаниями и любой другой информацией, предусматривающий создание тем, присоединение к существующим, написание сообщений или комментариев. Информация доступна всем участникам процесса, что позволяет в любой момент ответить или прочитать сообщение или комментарий. Все проведенные дискуссии можно прочитать и добавить свой ответ к ним в любое время
электронная почта	вид связи подходит только для персонального «адресного» общения
Синхронные технологии (дистанционное онлайн-обучение) – средства коммуникации, позволяющие обмениваться информацией в реальном времени. Данный тип обратной связи между участниками учебного процесса предоставляет возможность непосредственного общения в реальном времени	
видео-конференция	общение в непосредственном контакте с педагогическим работником и обучающимися
Текстовые конференции (чаты)	персональные чаты между двумя участниками процесса обучения. При необходимости чат может быть публичным с тремя и более участниками процесса дистанционного обучения

6. Синхронные сетевые технологии предполагают создание виртуальных учебных классов с использованием средств видеоконференцсвязи и дополнительных инструментов совместной работы. Синхронные технологии требуют одновременного виртуального присутствия всех участников учебного процесса в классе и позволяют эффективно сочетать различные модели преподавания даже в рамках одного занятия. Используемые средства телекоммуникации играют огромную роль в организации обучения.

7. Частичный (временный) переход на изучение учебной дисциплине «Физическая культура» предполагает выполнение заданий, соблюдение режимов двигательной активности, выбор вида и формы занятий с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, а также в режиме самостоятельной работы.

8. Проведение занятий по учебной дисциплине «Физическая культура» с использованием дистанционных образовательных технологий предусматривает преподавание теоретической составляющей учебной дисциплины.

9. Обучение по учебной дисциплине «Физическая культура» включает:

- аудио- и видеофизкультурные минутки;
- реализация проектов в области здорового образа жизни.
- размещение научно-популярных фильмов об истории происхождения различных видов спорта;

- размещение научно-популярных фильмов об истории развитии спорта;
- размещение научно-популярных фильмов о великих спортсменах.

10. Способы реализации применения дистанционных технологий для учебной дисциплины «Физическая культура» включают:

- дистанционные возможности электронного журнала (внутренний сервис обмена сообщениями, прикрепление фото, видео-, аудио- и текстовых материалов, создавать тренировочные и контрольные тесты для проверки знаний);

- сайты электронных ресурсов по учебной дисциплине «Физическая культура»;

- использование электронной почты;

- смс-оповещение;

- телефонное консультирование;

- видеоконференции;

- использование сервисов дистанционного обучения;

- использование электронных программ, обеспечивающих текстовую, аудио- и видеопередачу информации (мессенджеры, Skype, GoogleTalk и т.д.).

11. Применение дистанционных и информационных технологий дает педагогическому работнику при преподавании учебной дисциплины «Физическая культура» возможность расширить дидактический арсенал, разнообразие используемых форм и методик преподавания.

12. Двигательная активность обучающихся обеспечивается с учетом возрастной группы, состояния здоровья, нозологии заболевания при отнесении к специальной медицинской группе, коррекции интенсивности, объема, времени нагрузки и т.д. индивидуально по согласованию с педагогическим работником.