

# **Особенности организации тренировочного процесса по дополнительной общеобразовательной программе физкультурно-спортивной направленности в условиях дистанционного обучения**

*Т.И. Шляхтова, директор МУДО «Детско-юношеская спортивная школа»  
г.п.п. Чистые Боры*

*М.П. Алексеева, заместитель директора МУДО «Детско-юношеская спортивная школа» г.п.п. Чистые Боры*

## **1 слайд**

Актуальность темы моего выступления продиктована сложившимися социальными реалиями. Находясь в режиме самоизоляции, обучающиеся, в соответствии с законодательством Российской Федерации, должны получить возможность полноценного дополнительного образования. Формат дистанционного обучения удовлетворяет такую потребность обучаемого. Однако, несмотря на высокий уровень развития информационных технологий, дистанционное образование не имеет готовых решений для получения дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности. Поэтому тема моего выступления «Особенности организации тренировочного процесса по дополнительной общеобразовательной программе физкультурно-спортивной направленности в условиях дистанционного обучения».

## **2 слайд**

С 06 апреля 2020 года, как и все школы, Детско-юношеская спортивная школа перешла на обучение с применением дистанционных образовательных технологий

## **3 слайд**

На муниципальном сайте «Дистанционное обучение» была создана веб-страница Детско-юношеской спортивной школы, посредством которой проводились занятия в дистанционном формате. На данной странице мы разместили нормативно-правовые документы по организации учебного процесса, а именно: приказ об организации образовательной деятельности в условиях введения режима повышенной готовности с целью недопущения завоза и распространения новой коронавирусной инфекции, Положение об организации дистанционного обучения в Детско-юношеской спортивной школе, а также методические рекомендации для педагогов и родителей по сопровождению детей в период дистанционного обучения. Педагогами скорректированы календарно-тематические планы, расписание занятий на период дистанционного обучения в соответствии с методическими рекомендациями Костромского областного института развития образования.

## **4 слайд**

В разделе учебные материалы созданы папки по четырем дополнительным общеобразовательным программам - баскетбол, бокс, лыжные гонки, плавание, куда педагоги размещали планы учебно-тренировочных занятий и задания для учащихся.

## **5 слайд**

На слайде представлен образец плана учебно-тренировочного занятия для спортивно-оздоровительной группы и групп учебно-тренировочного этапа. Аналогичные планы размещены в папках других спортивных секций.

## **6 -7 слайды:**

Каковы же особенности организации тренировочного процесса с применением дистанционных технологий? Тренировка в дистанционном формате включала три части:

1. Разминка
2. Основная часть
3. Заключительная часть

Учащимся предлагалась стандартная разминка на все тренировки в течение недели. Продолжительность разминки 20 минут. Задача – разогреть суставы!

Основная часть предлагала детям набор общеразвивающих и специальных упражнений, которые обучающиеся должны были выполнить в домашних условиях. Для каждого упражнения указаны продолжительность выполнения упражнения и норма нагрузки.

Заключительная часть включала в себя упражнения на растяжку тела. Данные упражнения выполнялись в конце каждой тренировки.

В качестве снарядов в ходе тренировки ребята использовали любой домашний инвентарь - стул, диван, швабра, бутылка воды (1-5л), подушка (диванная) и т.п. Некоторые обучающиеся использовали специализированный инвентарь, который имеется дома, например: эспандер, скакалка, гантели, мяч, гимнастический коврик, теннисный мяч, обруч, домашний турник.

## **8 слайд:**

Обратная связь с обучающимися осуществлялась в разделе «Размещение выполненных заданий». Данный раздел создан с помощью онлайн-сервиса Padlet (падле'т). Padlet– это бесплатный сервис (онлайн-доска или онлайн-стена) для быстрого обмена заметками или совместной работы над проектами. Padlet позволяет общаться с другими пользователями с помощью текстовых сообщений, документов, фотографий, ссылок.

## **9 слайд:**

На онлайн-доске обучающиеся или их родители размещали фотографии и видеофрагменты, подтверждающие выполнение детьми физических упражнений, которые рекомендованы педагогами для выполнения в домашних условиях.

## **10 слайд:**

А также размещали информационные проекты учащихся в формате презентации. Например, «Все о пользе плавания», «Владимир Сальников – олимпийский чемпион мира и Европы», «Развитие спортивного плавания» и другие проекты. Все материалы, размещенные на онлайн-доске педагог мог просмотреть в режиме онлайн или скачать себе на компьютер и оценить.

## **11 слайд**

Общения педагогов с обучающимися осуществлялось не только посредством муниципального сайта «Дистанционное обучение», но и через мессенджеры Viber, WhatsApp, а также посредством размещения фото и видеотчетов в группе «Территория спорта - территория твоей победы!» социальной сети «ВКонтакте».

## **12 слайд:**

В заключении своего выступления хочу отметить, что дистанционное обучение по физкультурно-спортивной направленности не может заменить стандартных и привычных учащимся тренировок, но, как временная и вынужденная мера при отсутствии двигательной активности детей в период самоизоляции, а также при грамотном подходе педагога к

организации тренировок в домашних условиях спортивные занятия в дистанционном режиме будут приносить ребенку только пользу!

Благодарю за внимание!