

# УИРС № 2

ТЕХНОЛОГИЯ СОСТАВЛЕНИЯ ПРОГРАММЫ  
ФОРМИРОВАНИЯ ЗНАНИЙ У ШКОЛЬНИКОВ

# Последовательность действий студента при разработке программы формирования знаний у школьников (УИРС 7):

- Из плана-графика (УИРС №1) выписать общую задачу.
- Проанализировать программные требования и выделить знания, которые необходимо сформировать у школьников для того, чтобы они могли успешно освоить способы физкультурно-оздоровительной деятельности.
- Проанализировать и определить те знания, которые помогут успешно реализовать программы обучения двигательным действиям, развития способностей, а также решать воспитательные и оздоровительные задачи (УИРСы №2-6).
- Проанализировать программные требования за предыдущий период и определить исходный уровень знаний, который должен быть у школьников. Составить вопросы для предварительной проверки.
- Определить частные задачи.
- Определить средства и методы адекватные частным задачам.
- Определить, какой уровень знаний должны продемонстрировать учащиеся в результате реализации разрабатываемой программы. Опираясь на частные задачи, составить вопросы для заключительной проверки.
- Определить критерии оценки, которые позволят оценить эффективность решения задачи формирования знаний.
- Определить количество занятий, на которых будет осуществляться решение данной задачи.
- Составить программу по следующей форме.

## Общая задача: Формировать начальные основы физкультурной образованности

- Вопросы предварительной проверки:
- Назови части тела человека?
- Объясни, чем полезны физические упражнения?
- Какие летние и зимние виды спорта ты знаешь?
- Какие правила безопасности нужно соблюдать при выполнении физических упражнений?
- Опиши режим дня школьника.
- Вопросы заключительной проверки:
- Назови части тела человека?
- Объясни, почему важно вести здоровый образ жизни?
- Какие правила безопасности нужно соблюдать при выполнении гимнастических упражнений?
- Покажи, как нужно определять ЧСС.
- Объясни, почему важно дышать носом, а не ртом.

	Частные задачи	Средства и методические приемы
1	Проверить исходный уровень знаний в области физической культуры.	Устный опрос. См. вопросы предварительной проверки. Оценочное суждение: очень хорошо – развернутый ответ на все вопросы, хорошо – ответы получены после наводящих вопросов, плохо - нет ответа на 2 и более вопроса.
2	Создать представления о важности соблюдения техники безопасности (самостраховки и страховки) при выполнении физических упражнений на занятиях по гимнастике.	Назвать правила безопасности: а) на гимнастических снарядах заниматься только в присутствии преподавателя, со страховкой; б) в местах соскоков со снаряда – маты (поверхность ровная, с точной стыковкой); в) при выполнении поточным методом – соблюдение дистанции; г) при выполнении соскоков – приземляться мягко на носки, пружинисто приседая.
3	Создать представление о частях тела человека.	Беседа: «Части тела человека». Дать домашнее задание: нарисовать человека в полный рост и указать части тела.
4	Научить измерять свой рост, вес и окружность грудной клетки.	Дать домашнее задание: измерить и записать результаты: рост, вес и окружность грудной клетки.
5	Создать представление о влиянии гимнастических упражнений на осанку человека.	Положение правильной осанки. Показ и объяснение. Объяснение важности выполнения симметричной нагрузки. Комплекс упражнений на профилактику нарушений осанки и плоскостопия.

6	Создать представления о способе контроля за нагрузкой с помощью подсчета ЧСС.	Беседа: «ЧСС - показатель самоконтроля». Дать задание на дом: с помощью родителей подсчитать ЧСС за 6 с, 10 с и за 1 минуту, в покое и после зарядки.
7	Создать представление о важности носового типа дыхания.	Объяснить, как важно дышать носом в состоянии покоя и при выполнении физических упражнений. Дать домашнее задание: взять зеркало и поочередно, зажимая ноздри, подышать на него. Если пятно от воздуха большое, значит дыхание хорошее.
8	Создать представление о взаимосвязи между уровнем развития силовых способностей и успешностью освоения лазания.	Объяснить, как важно иметь сильные руки при освоении лазания по канату. Спросить у школьников, как можно измерить силу мышц плечевого пояса, и какие упражнения позволяют ее развить.
9	Создать представление о факторах, определяющих здоровый образ жизни человека.	Игра «Полезно и неполезно».
10	Проверить и оценить уровень знаний в области физической культуры.	Устный опрос. См. вопросы заключительной проверки. Критерии оценки: «5» - на все вопросы дан правильный, полный, самостоятельный ответ. «4» - на все вопросы дан правильный ответ, но с дополнительными наводящими вопросами учителя, или на 1 вопрос дан неправильный ответ. «3» - на 2-3 вопроса даны неправильные ответы. «2» - более чем на 3 вопроса даны неправильные ответы.