***Структура задания***

|  |  |
| --- | --- |
| Учитель: | **Борисова Елена Владимировна** |
| Характеристика задания (информация для учителя) | 1. Предмет **физкультура**  2.Класс **7 класс** 2. Тема: **Самоконтроль на уроке** |
| Ключевая компетентность и аспект | Компетентность: **регулятивная**  Аспект: **умение точно выполнять инструкцию;**  **оценка результата;** |
| Стимул (погружает в контекст задания, мотивирует на выполнение) | **При занятиях спортом, как утверждают профессионалы, повышать нагрузки нужно с математической точностью. А вы знаете свой уровень тренированности? Если нет, протестируйте себя и определите, какие нагрузки вам по плечу. Похожие "экзамены" устраивайте себе каждые полгода. Результаты помогут вам понять, есть ли от тренировок фактическая польза.** |
| Задачная формулировка | **Определите для себя свой уровень тренированности, с помощью несложного вычисления и данные запишите в таблицу.**   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | **Максимальная задержка дыхания в покое, с** | **Максимальная задержка дыхания после нагрузки, с** | **Разница**  **с** | **Изменение продолжительности**  **задержки** | | **Х** | **х1** | **У= Х - х1** | **У х 100**  **Х** | |
| Источник (содержит информацию, необходимую для успешной деятельности учащегося по выполнению задания) | **Если показатель до 30% - это тренированный человек,**  **а после 30% - недостаточно тренированный.** |
| Инструмент проверки (информация для учителя) | **В.Г. Чайцев, И.В.Пронина « Новые технологии физического воспитания школьников» Москва 2007г.** |

***Структура задания***

|  |  |
| --- | --- |
| Учитель: | **Борисова Елена Владимировна** |
| Характеристика задания (информация для учителя) | 1. Предмет: **физкультура**  2.Класс **3 класс** 2. Тема: **Гимнастика. Обучение техники кувырка вперед** |
| Ключевая компетентность и аспект | Компетентность: **коммуникативная**  Аспект: **умение находить общее решение;** |
| Стимул (погружает в контекст задания, мотивирует на выполнение) | **Мы участвуем в соревнованиях по гимнастике. И чтобы занять достойное место нам необходимо выполнить кувырок вперед без ошибок.** |
| Задачная формулировка | **Давайте обратимся к интернету и посмотрим видео, как правильно выполняется кувырок вперед. Разберем поэтапное выполнение и часто допускаемые ошибки.**  http://dima-boing.com/wp-content/uploads/2011/08/%D0%9A%D1%83%D0%B2%D1%8B%D1%80%D0%BE%D0%BA2-300x126.jpg |
| Источник (содержит информацию, необходимую для успешной деятельности учащегося по выполнению задания) | **Видеоролик:** [**www.youtube.com/watch?v=oktC12LJnZw**](http://www.youtube.com/watch?v=oktC12LJnZw) |
| Инструмент проверки (информация для учителя) | Положение соревнований по гимнастике. Критерии оценки. |

***Структура задания***

|  |  |
| --- | --- |
| Учитель: | **Борисова Елена Владимировна** |
| Характеристика задания (информация для учителя) | 1. Предмет **физкультура**  2.Класс: **5класс** 2. Тема: **Способы преодоления спусков на лыжах** |
| Ключевая компетентность и аспект | Компетентность: **информационная**  Аспект: **умение самостоятельно предполагать какая информация нужна;** |
| Стимул (погружает в контекст задания, мотивирует на выполнение) | **Преодолевая лыжную дистанцию вам понадобятся знания основных стоек лыжника при спуске с горы. Хорошая техника – хороший результат. Для этого повторим, как вы усвоили преодоление уступа и впадин и сможете ли их применить на практике.** |
| Задачная формулировка | **В видео пропущен момент преодоления лыжником бугра и впадины во время спуска с горы. Из предлагаемых ниже рисунков выберите нужный и заполните этот пропуск.**  **1.**  R:\2012-12 (дек)\рис лыжник с горы1.jpg  **2.**  C:\Users\Елена Владимировна\Desktop\рис. лыжник с горы.BMP |
| Источник (содержит информацию, необходимую для успешной деятельности учащегося по выполнению задания) | <http://referat.ru/referats/view/21898> |
| Инструмент проверки (информация для учителя) | **Номера с правильными ответами: 1(а), 2(б)**  **О.Н.Антонова , В.С. Кузнецов «Лыжная подготовка» Москва 1999г.** |