

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Смоленский государственный университет спорта»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ

**ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ МОУДЛЬ ПМ.03 «ПРЕПОДАВАНИЕ
ПО ОСНОВНЫМ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМ ПРОГРАММАМ»**

программы подготовки специалистов среднего звена среднего
профессионального образования
49.02.01 Физическая культура

Квалификация:
Педагог по физической культуре

Форма обучения:
очная

Смоленск, 2025 г.

Программа практик разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования 49.02.01 Физическая культура.

Автор программы: Язынина Наталья Леонидовна, доцент кафедры ТиМФКиС, начальник Центра карьеры

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры

Протокол заседания № 1 от «3» сентября 2025 г.

1. Общая характеристика программы практики

1.1. Область применения программы практики

Программа учебной практики является составной частью основной профессиональной образовательной программы, среднего профессионального образования Смоленского государственного университета спорта по специальности 49.02.01 Физическая культура, в части освоения основного вида деятельности Преподавание по основным общеобразовательным программам и соответствующих профессиональных и общих компетенций.

1.2. Цели и задачи практики, требования к результатам обучения

Цель практики: формирование личностно-мотивационной готовности студентов к работе с детьми различных возрастных групп; формирование представлений о профессиональной деятельности учителя физической культуры; умения наблюдать и анализировать занятия с точки зрения функций педагогической деятельности для освоения общих и профессиональных компетенций по избранной специальности; формирование первоначальных профессионально- педагогических умений; приобретение первоначальных практических навыков.

Задачи практики:

формирование интереса к педагогической деятельности; целостного представления об учебно-воспитательном процессе современного образовательного учреждения;

изучение специфики труда учителя физической культуры;

формирование умения наблюдать за педагогическим процессом и анализировать его результаты;

формирование профессионально-педагогических умений по разработке документов планирования;

формирование первоначальных умений по проведению подготовительной части урока физической культуры; фрагментов основной части урока физической культуры (подвижных игр, обучение отдельным видам двигательных действий по гимнастике, легкой атлетике и спортивным играм); заключительной части урока физической культуры;

развитие потребности в самопознании, самосовершенствовании, рефлексии;

адаптация обучающихся к конкретным условиям деятельности общеобразовательных учреждений.

При проведении практики организуется практическая подготовка путем непосредственного выполнения обучающимися определенных видов работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью.

С целью овладения указанным видом деятельности и соответствующими профессиональными компетенциями, общими компетенциями обучающийся в результате прохождения практики в рамках

освоения профессионального модуля ПМ.03 «Преподавание по основным общеобразовательным программам» должен:

В результате прохождения учебной практики обучающийся должен:

знать:

историю, этапы развития и терминологию базовых и новых видов спорта; сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурно- спортивных мероприятий и занятий;

организационно-педагогические и психологические основы руководства физкультурно-спортивной деятельностью;

технику профессионально значимых двигательных действий физкультурно-спортивной деятельности;

методику обучения двигательным действиям и развития физических качеств детей;

технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма при занятиях физической культурой;

виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации;

технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю;

способы и приемы страховки и самостраховки;

основы педагогического контроля и организацию врачебного контроля при проведении мероприятий и занятий по физической культуре с занимающимися различных возрастных групп;

виды документации, обеспечивающей учебный процесс, требования к ее ведению и оформлению;

уметь:

планировать, проводить и анализировать занятия и мероприятия по ФК на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;

подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;

применять приемы страховки и самостраховки при выполнении двигательных действий на уроках ФК;

осуществлять педагогический контроль в процессе проведения мероприятий и занятий по ФК;

устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с детьми;

оценивать процесс и результаты деятельности;

вести документацию;

иметь практический опыт:

определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки занятий по ФК с детьми школьного возраста;

наблюдения, анализа и самоанализа мероприятий и занятий по ФК с детьми школьного возраста, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем практики, преподавателями, разработки

предложений по их совершенствованию и коррекции;

анализа учебно-тематических планов и процесса образовательной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию;

применения приемов страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений;

проведения оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся физической культурой;

собственного спортивного совершенствования.

1.3. Место практики в структуре основной общеобразовательной программы

Учебная практика является частью основной профессиональной образовательной программы по специальности 49.02.01 Физическая культура в части освоения основного вида профессиональной деятельности: Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам (ПМ.03).

Учебная практика проводится, в соответствии с утвержденным учебным планом, после прохождения междисциплинарных курсов (МДК) в рамках профессионального модуля «Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам»:

МДК.03.01 Методика обучения предмету «Физическая культура»

МДК.03.02 теоретические и методические основы организации внеурочной деятельности по физической культуре

Практика проводится в форме практической подготовки.

1.4. Трудоемкость и сроки проведения практики

Трудоемкость учебной практики в рамках освоения профессионального модуля ПМ.03 «Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам» составляет 108 часов (3 недели).

Сроки проведения учебной практики определяются учебным планом по специальности среднего профессионального образования 49.02.01 Физическая культура и календарным учебным графиком. Практика проводится на 4 курсе в 8 семестре.

1.5. Место прохождения практики

Учебная практика проводится в средних общеобразовательных школах г.Смоленска на основе договоров между организацией, осуществляющей деятельность по образовательной программе соответствующего профиля, и образовательной организацией. Учебная практика проводится преподавателями дисциплин профессионального цикла.

2. Результаты освоения программы практики

Результатом прохождения учебной практики в рамках освоения профессионального модуля ПМ.03 «Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам» является овладение обучающимися основным видом деятельности, в том числе профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями:

Код	Наименование результата освоения программы (компетенции)
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия	Адекватное определение цели и задач воспитания, обучения и развития по виду учебного занятия, возрастным и индивидуальным особенностям детей школьного возраста. Соответствие планирования занятий требованиям ФГОС и современных методик.
ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре	Полнота реализации цели, задач, содержания, принципов обучения, воспитания и развития детей на занятии в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей, уровнем физической подготовки, образовательной областью примерной Программы. Соответствие условий проведения разных видов занятий по ФК требованиям СанПин и методике обучения.
ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения	Применение адекватных методов и методик диагностики и оценки показателей результатов деятельности детей на учебных занятиях. Осуществление оценки результатов обучения и физического развития на основе заданных показателей.
ПК 1.4. Анализировать учебные занятия	Соблюдение требований, предъявляемых к анализу учебных занятий. Аргументированность и полнота обсуждения выбранных для наблюдения и анализа видов занятий, внесение предложений по их коррекции.
ПК 1.5. Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре	Соблюдение методических требований к оформлению документации, обеспечивающей организацию процесс обучения физической культуре.
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес	Аргументированное объяснение сущности и социальной значимости будущей профессии. Самостоятельность и ответственность за результаты освоения профессиональной деятельности. Наличие положительных отзывов по итогам учебной практики от руководителя и

	работодателя.
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество	Обоснованность постановки цели, выбора методов решения профессиональных задач и оценки их эффективности и качества. Технологичность действий по организации собственной деятельности. Соблюдение регламента выполнения заданий
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях	Адекватность оценки рисков и выбора способов выхода из нестандартных ситуаций. Применение алгоритма решения нестандартной ситуации.
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития	Эффективность поиска, анализа и оценки информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности	Результативность применения информационно-коммуникационных технологий, необходимых и достаточных для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами	Конструктивность взаимодействия в коллективе и команде, с руководством, сокурсниками и социальными партнерами. Согласованность действий в коллективе и команде. Соблюдение норм профессиональной этики в процессе взаимодействия с руководством, сокурсниками и социальными партнерами.
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса	Обоснование постановки цели, выбора методов и приемов мотивации деятельности занимающихся физической культурой. Соблюдение технологической последовательности в организации и осуществлении контроля деятельности занимающихся физической культурой. Соответствие результатов учебно-воспитательного процесса заданным показателям качества.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации	Соответствие оценки и самооценки профессионального и личностного развития. Самостоятельность в определении задач, содержания, форм и методов самообразования, повышения квалификации.
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий	Обоснование изменений профессиональной деятельности в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. Применение новых целей, содержания и образовательных технологий при выполнении профессиональной деятельности.
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей	Создание условий для охраны жизни и здоровья детей, профилактики травматизма. Эффективность и обоснованность выбора способов профилактики травматизма, обеспечения охраны жизни и здоровья детей. Соблюдение требований по профилактике травматизма, охраны жизни и здоровья детей при организации учебного процесса.
ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм	Соблюдение правовых норм, требований профессиональной этики в процессе профессиональной деятельности. Выполнение правил внутреннего распорядка и иных локальных нормативных актов организации.
ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности	Владение базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.

3. Структура и содержание практики

№ п/п	Разделы (этапы) практики	Кол-во часов	Виды учебной работы
1	Ознакомительный (организационно-мотивационный)	4	Установочная конференция. Инструктаж по технике безопасности. Знакомство с базой практики, беседа с директором, медицинским работником, заместителем директора по СМР, учителями ФК; знакомство с прикрепленными классами. Техника безопасности во время проведения физкультурно-оздоровительных занятий на базе практики Приемы страховка и само страховки при выполнении физических упражнений. Программно-нормативные документы, определяющие деятельность педагога физической культуры Ознакомление с содержанием программы по ФК в младших и средних классах. Ознакомление с основными документами планирования и контроля физического воспитания в школе.

2	Основной (деятельностный)	98	Приобретение навыков ведения отчетной документации по практике Составление индивидуального плана работы и ведение дневника. Планирование уроков физической культуры в общеобразовательной школе: ознакомление с особенностями организации процесса физического воспитания в школе, его структурой и типами занятий; анализ учебно-тематических планов учителя ФК; наблюдение и анализ учебно-тренировочных занятий по физической культуре в младших и средних классах, проводимых учителем (не менее 20); составление комплексов ОРУ для учащихся младшего и среднего школьного возраста; участие в организации и проведении подготовительной и заключительной частей урока ФК; планирование фрагментов урока ФК (подготовительной или заключительной части) в прикрепленных классах; планирование и написание конспекта урока ФК; подбор спортивного оборудования и инвентаря для учебно-тренировочных занятий по физической культуре с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся.
---	------------------------------	----	--

			Организация и проведение уроков физической культуры в школе: проведение подготовительной и (или) заключительной части урока ФК в качестве помощника учителя ФК (с помощником из числа студентов); проведение практикантом фрагмента (части) урока ФК самостоятельно; проведение практикантом урока ФК в качестве помощника учителя ФК; проведение практикантом урока ФК самостоятельно; использование спортивного оборудования и инвентаря; самоанализ уроков и фрагментов уроков; наблюдение и анализ уроков, проведенных сокурсниками (не менее 3); применения приемов страховки при выполнении физических упражнений; оформление документации, обеспечивающей организацию и проведение занятий. Основы контроля в процессе физическом воспитании: ознакомление и получение первоначального опыта в проведении мероприятий контроля в процессе физического воспитания в школе; освоение основных методов оценки физической подготовленности; освоение методов определения уровня физического развития; проведение оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся; ознакомление с картой экспресс – оценки урока физической культуры; проведение анализа урока ФК с
--	--	--	---

			помощью педагога и самостоятельно. Основы воспитательной деятельности педагога физического воспитания: ознакомление с возрастными и индивидуальными особенностями учащихся младшего школьного возраста, учет их в обучении и воспитании на уроках физической культуры; участие в проведении беседы на тему: «Физическое воспитание как составная часть общего воспитания школьника».
3	Итоговый (рефлексивно-аналитический)	6	Оформление отчета по учебной практике. Подготовка выступления с фото- и видео- презентацией. Заключительная конференция. Защита итогового отчета по учебной практике.
		Всего 108 ч	

4. Условия реализации программы практики

4.1. Требования к проведению учебной практики

Продолжительность рабочего дня обучающихся при прохождении практики в организациях составляет для обучающихся в возрасте от 16 до 18 лет не более 36 часов в неделю, в возрасте от 18 лет и старше не более 40 часов в неделю. Для обучающихся в возрасте от 15 до 16 лет продолжительность рабочего дня при прохождении практики в организациях составляет не более 24 часов в неделю.

Продолжительность рабочего дня – 6 часов.

Обучающемуся должно быть предоставлено оборудованное место в соответствии с программой практики, обеспечивающее наибольшую эффективность прохождения практики.

Нельзя использовать в период практики обучающегося на работах, не предусмотренных программой практики.

С момента зачисления обучающихся в период практики в качестве практикантов на рабочие места на них распространяются правила охраны

труда и правила внутреннего распорядка, действующие в организации, с которыми они должны быть ознакомлены в установленном в организации порядке.

4.2. Требования к материально-техническому обеспечению

Реализация программы практики предполагает наличие:

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Средняя школа №39» г. Смоленск (МБОУ СШ №39) адрес: Российская Федерация, 214025, Смоленская область, город Смоленск, ул. Нахимова, д.35, 1 этаж (инв. 1026701462732 / 288,0). Спортивный зал оборудован: шведская стенка 10 шт., стойками для игры в волейбол, баскетбольными кольцами 2 шт., гимнастический козел 1 шт., гимнастический конь 1 шт., брусья 1 шт., гимнастические маты 15 шт., канаты для лазанья 2 шт., бревно 1 шт., обручи 30 шт., скакалки 30 шт., гимнастические палки 30 шт., баскетбольные мячи 20 шт., футбольные мячи 10 шт., волейбольные мячи 30 шт., мячи для метания 15 шт., договор о практической подготовке №45 от 29.08.2025 г. срок действия договора – 5 лет.

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Средняя школа №39» г. Смоленск (МБОУ СШ №39) адрес: Российская Федерация, 214025, Смоленская область, город Смоленск, ул. Нахимова, д.35, 1 этаж (инв. б/н / 2312,0). Спортивная площадка оборудована: футбольное поле, полоса препятствий, 4 беговые дорожки, баскетбольная площадка, волейбольная площадка, футбольные ворота 2 штуки, скамейки, договор о практической подготовке №45 от 29.08.2025 г. срок действия договора – 5 лет.

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Средняя школа №2» г. Смоленск (МБОУ СШ №2) адрес: 214004, Смоленская область, город Смоленск, ул. Неверовского, д.11, 1 этаж (инв. б/н / 358,3). Спортивный зал оборудован: шведскими стенками, стойками для игры в волейбол, баскетбольными кольцами. Имеется инвентарь для занятий гимнастикой: гимнастический козел, гимнастический конь, брусья, гимнастические маты, канаты для лазанья, бревно, обручи, скакалки, гимнастические палки, спортивный стадион и спортивная площадка, оборудованы: баскетбольными стойками, волейбольными стойками. Имеется инвентарь для занятий легкой атлетикой: стойки для прыжков в высоту, мячи для метания, гранаты, эстафетные палочки. Инвентарь для занятий спортивными играми: мячи футбольные, мячи баскетбольные, мячи волейбольные, договор о практической подготовке №40 от 29.08.2025 г., срок действия договора – 5 лет.

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Средняя школа №2» г. Смоленск) (МБОУ СШ №2) адрес: 214004, Смоленская область, город Смоленск, ул. Неверовского, д.11 1 этаж (инв. б/н / 2312,0). Спортивная площадка оборудована футбольное поле, полоса препятствий, 2 беговые дорожки, баскетбольная площадка, волейбольная площадка, футбольные ворота 2 штуки, скамейки, договор о практической подготовке №40 от 29.08.2025 г., срок действия договора – 5 лет.

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Средняя школа №14» г. Смоленска (МБОУ СШ №14) адрес: Российская федерация,

214000, Смоленская область, г. Смоленск, ул. Октябрьской Революции, д. 7А, 2 этаж, спортивный зал (инв. 32 / 166,4). Спортивный зал оборудован: шведская стенка 10 шт., стойками для игры в волейбол, баскетбольными кольцами 2 шт., гимнастический козел 1 шт., гимнастический конь 1 шт., брусья 1 шт., гимнастические маты 15 шт., канаты для лазанья 2 шт., бревно 1 шт., обручи 30 шт., скакалки 30 шт., гимнастические палки 30 шт., баскетбольные мячи 20 шт., футбольные мячи 10 шт., волейбольные мячи 30 шт., мячи для метания 15 шт., договор о практической подготовке №41 от 29.08.2025 г., срок действия договора – 5 лет.

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Средняя школа №14» г. Смоленска (МБОУ «СШ №14») адрес: Российская федерация, 214000, Смоленская область, г. Смоленск, ул. Октябрьской Революции, д. 7А, 1 этаж, малый спортивный зал (инв. 15 / 72,5). Малый спортивный зал инвентарь и оборудование: шведская стенка 10 шт., стойки для игры в волейбол 2 шт., баскетбольное кольцо 2 шт., гимнастический козел 1 шт., гимнастический конь 1 шт., брусья 1 шт., гимнастические маты 15 шт., канаты для лазанья 2 шт., бревно 1 шт., обручи 30 шт., скакалки 30 шт., гимнастические палки 30 шт., баскетбольные мячи 20 шт., футбольные мячи 10 шт., волейбольные мячи 30 шт., мячи для метания 15 шт., договор о практической подготовке №41 от 29.08.2025 г., срок действия договора – 5 лет.

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Средняя школа №25» г. Смоленска (МБОУ СШ №25») адрес: Российская Федерация, 214018, Смоленская область, г. Смоленск, ул. Коммунальная, д. 5, 1 этаж (инв. б/н / 271). Спортивный зал оборудован: стойками для игры в волейбол, баскетбольные кольца 2 шт., ворота для мини футбола 4 шт., мячи для указанных спортивных игр (баскетбол, волейбол, теннис) по 30 шт., гимнастический козел 1 шт., гимнастический конь 1 шт., брусья 2 шт., гимнастические маты 15 шт., канаты для лазанья 2 шт., бревно 1 шт., обручи 30 шт., скакалки 30 шт., гимнастические палки 30 шт., 2 стола для игры в настольный теннис, мячи для настольного тенниса 15 шт., ракетки для настольного тенниса 10 шт., сетки волейбольная 1 шт., договор о практической подготовке №56 от 27.12.2024 г. срок действия договора – 5 лет.

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Средняя школа №25» г. Смоленска (МБОУ «СШ №25») адрес: Российская Федерация, 214018, Смоленская область, г. Смоленск, ул. Коммунальная, д. 5, 1 этаж (инв. б/н / 215). Зал ритмики оборудован: обручи 30 шт., гимнастические палки 30 шт., гимнастические скамьи 6 шт., гимнастические коврики 30 шт., договор о практической подготовке №56 от 27.12.2024 г. срок действия договора – 5 лет.

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Средняя школа №25» г. Смоленска (МБОУ «СШ №25») адрес: Российская Федерация, 214018, Смоленская область, г. Смоленск, ул. Коммунальная, д. 5, спортивный стадион (инв. б/н /2312). Футбольное поле оборудовано: полоса препятствий, 2 беговые дорожки, баскетбольная площадка, волейбольная площадка, футбольные ворота 2 штуки, скамейки, договор о практической подготовке

№56 от 27.12.2024 г. срок действия договора – 5 лет.

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Средняя школа №27 имени Э.А. Хиля» г. Смоленска (МБОУ «СШ №27 им. Э.А.Хиля») адрес: Российская Федерация, 214014, Смоленская область, г. Смоленск, ул. Твардовского, д.14, 1 этаж (инв. б/н / 162). Спортивный зал оборудован: телевизор 1 шт., ноутбук 1шт., аудио и ДВД магнитофон 1 шт., мультимедийный проектор 1шт., экран (на штативе) 1шт., мяч набивной (1 кг, 2 кг) 15 шт., мяч малый (теннисный) 30 шт., планка для прыжков в высоту 1 шт., стойка для прыжков в высоту 2 шт., рулетка измерительная (15 м, 50 м) 1 шт., комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой 6 шт., мячи баскетбольные 25 шт., набор бадминтона 5 шт., набор настольного тенниса 5 шт., мячи волейбольные 20 шт., мячи футбольные 10 шт., мячи гимнастические 10 шт., мячи гандбольные 5 шт., штанги тонирующие 2 шт., гири атлетические (16 кг) 2 шт., договор о практической подготовке №58 от 25.12.2024 г., срок действия договора – 5 лет.

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Средняя школа №27 имени Э.А. Хиля» г. Смоленска (МБОУ «СШ №27 им. Э.А.Хиля») адрес: Российская Федерация, 214014, Смоленская область, г. Смоленск, ул. Твардовского, д.14, 1 этаж (инв. б/н / 48). Малый спортивный зал оборудован: стенка гимнастическая 16 шт., бревно гимнастическое 1 шт., козел гимнастический 1 шт., мост гимнастический 1 шт., скамейка гимнастическая 9 шт., перекладина навесная 2 шт., гантели (2 кг) 8 шт., коврик гимнастический 20 шт., маты гимнастические 8 шт., скакалка гимнастическая 30 шт., палка гимнастическая 30 шт., обруч гимнастический 25 шт., договор о практической подготовке №58 от 25.12.2024 г., срок действия договора – 5 лет.

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Средняя школа №27 имени Э.А. Хиля» г. Смоленска (МБОУ «СШ №27 им. Э.А.Хиля») адрес: Российская Федерация, 214014, Смоленская область, г. Смоленск, ул. Твардовского, д.14, спортивный стадион (инв. б/н /476). Спортивная площадка оборудована: полоса препятствий, футбольное поле, беговые дорожки (круг), баскетбольная площадка, волейбольная площадка, футбольные ворота 2 штуки, бревно 3 шт., скамейки 3 шт., договор о практической подготовке №58 от 25.12.2024 г., срок действия договора – 5 лет.

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Средняя школа №33» г. Смоленск (МБОУ «СШ №33») адрес: Российская Федерация, 214013, Смоленская область, г. Смоленск, ул. Кирова, д. 22а., 1 этаж (инв. 67-67- 01/264/2014-983 / 394,5). Спортивный зал №105 оборудован: табло электронное игровое (для волейбола, баскетбола, футбола, гандбола) с защитным экраном ElTablo Стеллажи для инвентаря, стенка гимнастическая, стойка волейбольная универсальная, ворота для минифутбола складные, мяч баскетбольный Jogel, футбольный, волейбольный Torres насос для накачивания мячей Sprinter, жилетка игровая Sprinter тележка для хранения мячей, сетка для хранения мячей, конус с втулкой, палкой и флажком Spektr, скамейка гимнастическая жесткая Кивар мат гимнастический прямой Кивар, мостик гимнастический подпружиненный Кивар, бревно гимнастическое

напольное 3 м, перекладина гимнастическая пристенная ZSO, перекладина навесная универсальная Кивар, брусья навесные Кивар, доска наклонная навесная Кивар, тренажер навесной для пресса, для спины, комплект для групповых занятий (с подвижным стеллажом) Spektr Стойки для прыжков в высоту, планка для прыжков в высоту, щит для метания в цель навесной, набор для подвижных игр (в сумке), комплект для проведения спортмероприятий (в бауле), судейский (в сумке), стеллаж для лыж, лыжный комплект STC, клюшки хоккейные NITRO, стойки для бадминтона, набор для бадминтона (в чехле), конь гимнастический, тележка для перевозки матов, мат гимнастический складной, обруч алюминиевый гимнастический, канат для перетягивания, сетка, пьедестал разборный, коврик дезинфекционный, стойки волейбольные универсальные пристенные (для волейбола, бадминтона, тенниса) с механизмом натяжения, протектором и волейбольной сеткой, ракетка для бадминтона, кольцо баскетбольное, сетка баскетбольная Стойки баскетбольные игровые передвижные (детская, мобильная), ферма для щита баскетбольного, щит баскетбольный 315, договор о практической подготовке №44 от 29.08.2025 г., срок действия договора – 5 лет.

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Средняя школа №33» г. Смоленск (МБОУ «СШ №33») адрес: Российская Федерация, 214013, Смоленская область, г Смоленск, ул Кирова, д. 22а., 1 этаж (инв 67-67- 01/264/2014-983 / 394,5). Зал хореографии оборудован: зеркало настенное для хореографии, станок хореографический, мяч для фитнеса, степпер, договор о практической подготовке №44 от 29.08.2025 г., срок действия договора – 5 лет.

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Средняя школа №33» г. Смоленск (МБОУ «СШ №33») адрес: Российская Федерация, 214013, Смоленская область, г Смоленск, ул Кирова, д. 22а., 1 этаж (инв 67-67- 01/264/2014-983 / 476). Спортивная площадка оборудована: полоса препятствий, футбольное поле, беговые дорожки (круг), баскетбольная площадка, волейбольная площадка, футбольные ворота 2 штуки, бревно 3 шт., скамейки 3 шт., договор о практической подготовке №44 от 29.08.2025 г., срок действия договора – 5 лет.

4.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение практики

Информационно-образовательная среда образовательного учреждения должна включать в себя совокупность технологических средств (компьютеры, базы данных, коммуникационные каналы, программные продукты и др.), культурные и организационные формы информационного взаимодействия, компетентность участников образовательного процесса в решении учебно-познавательных и профессиональных задач с применением информационно-коммуникационных технологий (ИКТ), а также наличие служб поддержки применения ИКТ.

Учебно-методическое и информационное обеспечение образовательного учреждения должно быть направлено на обеспечение

широкого, постоянного и устойчивого доступа для всех участников образовательного процесса к любой информации, связанной с реализацией основной образовательной программы, планируемыми результатами, организацией образовательного процесса и условиями его осуществления.

Образовательное учреждение должно быть обеспечено учебно-методической литературой и материалами, необходимой материально-технической базой по основной профессиональной образовательной программе.

Образовательное учреждение должно также иметь доступ к печатным и электронным образовательным ресурсам (ЭОР).

4.3.1. Основная литература:

1. Аллянов Ю.Н. Физическая культура: учебник для СПО. – М.: Юрайт, 2019 - <https://biblio-online.ru/viewer/fizicheskaya-kultura-437146#page/2>
2. Алхасов, Д. С. Методика обучения предмету «физическая культура» в 2 ч. Часть 1-2: учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. – М.: Юрайт, 2019
3. <https://biblio-online.ru/bcode/438771>
4. Алхасов, Д. С. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам: учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, С. Н. Амелин. – М.: Юрайт, 2019 - <https://biblio-online.ru/bcode/442337>
5. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. - М.: Юрайт, 2019 <https://biblio-online.ru/bcode/439006>
6. Виленская, Т. Е. Теория и методика физического воспитания: оздоровительные технологии физического воспитания младших школьников: учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. Е. Виленская. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: Юрайт, 2019 - <https://biblio-online.ru/bcode/442398>
7. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (Приказ Минобрнауки России от 06.10.2009 № 373 (ред. от 31.12.2015) "Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования" (Зарегистрировано в Минюсте России 22.12.2009 № 15785) . - М.: Просвещение, 2011. – Режим доступа: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_96801/ea5d7777caea0f829ef088881c72c46bf59248_2c/

Дополнительная литература:

1. Базовые виды двигательной подготовки (подвижные игры): метод. рекомендации / Жарикова Е.Л. и др. - М.: РГУФКСМиТ, 2013. - <https://rucont.ru/efd/236381>
2. Барбашов С.В. Педагогическая практика в школе: Учеб. пособие / С.В. Барбашов; Сибирская ГАФК. - Омск: СибГАФК, 2000
3. Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник / И.С. Барчуков; под общ. ред. Г.В. Барчуковой. - 5-е изд.,

стер. - М.: КНОРУС, 2017

4. Введение в профессионально-педагогическую специальность. - М.: Академия, 2007

5. Видякин, М.В. Начинаящему учителю физкультуры. - Волгоград: Учитель, 2004

6. Возрастная и педагогическая психология: учебник для СПО / Отв. ред. Б.А. Сосновский. - М.: Юрайт, 2017

7. Губина, Е.М. Организация физкультурно-спортивной деятельности: учеб.-метод. пособие. - Волгоград: ВГАФК, 2010 - <https://rucont.ru/efd/229018>

8. Иванников, В. А. Психология: учебник для СПО / В. А. Иванников. - М.: Юрайт, 2019 - <https://biblio-online.ru/bcode/433706>

9. История и современные проблемы физической культуры и спорта / ред.: А.С. Сагалеев.

10. Улан-Удэ: Бурятский государственный университет, 2014 - <https://rucont.ru/efd/292253>

11. Кайнова, Э.Б. Общая педагогика физической культуры и спорта: учебное пособие. - М.: ИНФРА-М, 2007.

12. Каратаев, О.Р. Спортивные сооружения: учебник / Е.С. Каратаева, А.С. Кузнецов, О.Р. Каратаев. - 2011 - <https://rucont.ru/efd/242665>

13. Колодницкий, Г.А. Физическая культура. Ритмические упражнения и игры: Метод. пособ. - М.: Дрофа, 2004

14. Кулагина, И.Ю. Психология детей младшего школьного возраста. - М.: Издательство Юрайт, 2015

15. Лукьяненко, В.П. Физическая культура: учеб. пособ. - Ставрополь, 2001

16. Муллер А.Б. Физическая культура: учебник и практикум для СПО. - М.: Юрайт, 2019 - <https://biblio-online.ru/viewer/fizicheskaya-kultura-433532#page/2>

17. Немов, Р. С. Общая психология в 3 т. Том II в 4 кн. Книга 1. Ощущения и восприятие : учебник и практикум для СПО / Р. С. Немов. - 6-е изд., перераб. и доп. - Москва.: Юрайт, 2019 - <https://biblio-online.ru/bcode/429651>

18. Обухова, Л. Ф. Возрастная психология: учебник для среднего профессионального образования / Л. Ф. Обухова. М.: Юрайт, 2019 - <https://biblio-online.ru/bcode/433705>

19. Панфилова, А.П. Взаимодействие участников образовательного процесса. - М.: Юрайт, 2015

20. Педагогическая практика: от учебной к производственной: учебно-методическое пособие / Н.А. Бекланов, М.А. Захарова, И.А. Карпачёва и др. - Елец: ЕГУ им. И.А. Бунина, 2009. - 119 с. - Режим доступа: <http://ibliclub.ru/index.php?page=book&id=272404/>

21. Педагогический энциклопедический словарь / Гл. ред. Б.М. Бим - Бад. - М.: БРЭ, 2002

22. Подласый, И. П. Педагогика в 2 т. Том 1. Теоретическая

педагогика в 2 книгах. Книга 1: учебник для СПО / И. П. Подласый. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Юрайт, 2019 - <https://biblio-online.ru/bcode/442462>

23. Подласый, И. П. Педагогика в 2 т. Том 1. Теоретическая педагогика в 2 книгах. Книга 2: учебник для СПО / И. П. Подласый. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Юрайт, 2019 - <https://biblio-online.ru/bcode/442463>

24. Сковородкина, И.З. Теория и методика воспитания детей младшего школьного возраста: учебное пособие. - М.: Академия, 2015

25. Спортивная метрология: учебник для среднего профессионального образования / В. В. Афанасьев, И. А. Осетров, А. В. Муравьев, П. В. Михайлов; ответственный редактор В. В. Афанасьев. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: Юрайт, 2019 - <https://biblio-online.ru/bcode/437417>

26. Толковый словарь спортивных терминов: Ок. 7400 терминов / Сост. Ф.П. Суслов, С.М. Вайцеховский. - М.: Физкультура и спорт, 1993

27. Феоктистова, С. В. Психология: учеб. пособие для СПО / С. В. Феоктистова, Т. Ю. Маринова, Н. Н. Васильева. -2-е изд., испр. и доп. - М.: Юрайт, 2019.

28. Физическая культура. 1-11 классы: комплекс. Программа физ. воспитания учащихся В.И. Ляха, А.А. Зданевича / авт.-сост. А.Н. Каинов, Г.И. Курьерова. - Изд. 3-е, испр. - Волгоград: Учитель, 2016

29. Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. - М.: Юрайт, 2019 - <https://biblio-online.ru/bcode/433532>

Перечень электронно-библиотечных систем (ресурсов), баз данных и информационных справочных систем для самостоятельной работы

<https://www.minsport.gov.ru/> – сайт Министерства спорта Российской Федерации/ Раздел Единая Всероссийская спортивная классификация/

<http://www.fizkult-ura.ru/books/theory> - сайт справочной литературы и статей по теории и методике физической культуры и спорта /Раздел Литература по теории физкультуры/

<http://www.teoriya.ru/ru> - сайт научно-методического журнала «Теория и практика физической культуры» Российской Академии Образования Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодежи и туризма

<http://www.kornienko-ev.ru/BCYD/> - Информационный сайт по безопасности жизнедеятельности

<http://www.garant.ru/> – Информационно-правовой портал «Гарант. РУ»

<http://www.spas01.ru/> – Национальный центр массового обучения навыкам оказания первой помощи

<http://обж.пф/> – ОБЖ: Основы безопасности жизнедеятельности

<http://biblioclub.ru> - Университетская библиотека онлайн

<http://koob.ru/> - Электронная библиотека гуманитарной литературы

<http://ynpress.com/> – ЮНПРЕСС

<http://www.uchportal.ru/> - Учительский портал

<https://easyen.ru/> - Современный учительский портал

<https://nsportal.ru/> - Социальная сеть работников образования nsportal.ru

<http://school-collection.edu.ru/> - Единая коллекция ЦОР
<http://nachalka.info/> - Сайт «Начальная школа»
<https://urok.1sept.ru/> - Фестиваль педагогических идей «Открытый урок»
<http://www.openclass.ru/> - Сетевые образовательные сообщества «Открытый класс»
<http://interneturok.ru/ru> - Образовательный портал «Коллекция уроков»
<http://eor-np.ru> - Сайт «Электронные образовательные ресурсы»
<http://numi.ru/3130> - Методический центр (научные, учебные и методические издания)
ЭБС «Научная электронная библиотека eLIBRARY» (<http://elibrary.ru/defaultx.asp>)
ЭБС «Издательства Лань» (<http://e.lanbook.com/>)
ЭБС «ЮРАЙТ» (<http://biblio-online.ru>)
[ЭБС «РУКОНТ»](http://www.solgpi.ru) – вход под своим паролем с главной страницы СГПИ (<http://www.solgpi.ru>)
Федеральный портал «Российское образование» <http://edu.ru>
Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/>
Российский общеобразовательный портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.school.edu.ru/default.asp>, свободный. – Загл. с экрана.
Федеральные государственные образовательные стандарты [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://fgos.ru/>, свободный. - Загл. с экрана.

4.4. Кадровое обеспечение образовательного процесса

Педагогические работники, привлекаемые к реализации образовательной программы, должны получать дополнительное профессиональное образование по программам повышения квалификации, в том числе в форме стажировки в организациях, не реже 1 раза в 3 года с учетом расширения спектра профессиональных компетенций.

Контроль и оценка результатов практики

В период прохождения учебной практики обучающиеся обязаны вести документацию (образцы представлены в Приложениях):

1. Индивидуальный план работы практиканта на период практики.
2. Календарно-тематический план-график на четверть для одного класса.
3. Рабочий план спортивной секции.
4. Конспекты всех проводимых уроков, в том числе и контрольного урока.
5. Конспекты секционных занятий.
6. Тезисы беседы на спортивную тему.
7. Протокол хронометрирования урока.
8. Протокол пульсометрии.
9. Педагогический анализ одного из уроков (проведенного одним из

практикантов).

10. Дневник с подробным анализом выполненной работы в течение практики.

11. Отчет о результатах прохождения учебной практики.

12. Характеристика с места прохождения практики.

Технические требования к отчету по практике

Отчет должен быть выполнен на персональном компьютере через 1,5 интервала шрифтом Times New Roman, размер шрифта - 14 пт. Размер шрифта в таблицах – 12 пт. через одинарный интервал, без отступов. Поля: верхнее и нижнее - 20 мм, левое - 30 мм, правое - 10 мм. Каждый новый раздел начинается с новой страницы; это же правило относится к другим основным структурным частям отчета (введению, заключению, списку использованных источников, приложениям и т.д.).

Страницы отчета с рисунками и приложениями должны иметь сквозную нумерацию.

Первой страницей является титульный лист, на котором номер страницы не проставляется.

Титульный лист и оглавление оформляются по установленному образцу (Приложение 2). Рекомендуем (но не обязательно) для создания оглавления воспользоваться опцией программы MS Word, которая находится по следующему пути: пункт меню Вставка, в появившемся меню выбираем пункт Ссылка, в появившемся меню выбираем пункт Оглавление и указатели.

Правила оформления таблиц, рисунков, графиков

Таблицы и рисунки должны иметь названия и порядковую нумерацию (например, таблица 1, рис. 3). Нумерация таблиц и рисунков должна быть сквозной для всего текста отчета. Порядковый номер таблицы проставляется в правом верхнем углу над ее названием. В каждой таблице следует указывать единицы измерения показателей и период времени, к которому относятся данные. Если единица измерения в таблице является общей для всех числовых табличных данных, то ее приводят в заголовке таблицы после ее названия.

Порядковый номер рисунка и его название проставляются под рисунком. При построении графиков по осям координат вводятся соответствующие показатели, буквенные обозначения которых выносятся на концы координатных осей, фиксируемые стрелками. При необходимости вдоль координатных осей делаются поясняющие надписи.

При использовании в отчете материалов, заимствованных из литературных источников, цитировании различных авторов, необходимо делать соответствующие ссылки, а в конце работы помещать список использованной литературы.

Правила оформления библиографического списка

Библиографический список включает в себя литературные, статистические и другие источники, материалы которых использовались при написании бакалаврской работы, дипломной работы или магистерской диссертации. Он состоит из таких литературных источников, как монографическая и учебная литература, периодическая литература (статьи из

журналов и газет), законодательные и инструктивные материалы, статистические сборники и другие отчетные и учетные материалы, Интернет-сайты.

Способы расположения материала в списке литературы могут быть следующие: алфавитный, хронологический, по видам изданий, по характеру содержания, по мере появления в тексте. При алфавитном способе фамилии авторов и заглавий произведений (если автор не указан) размещаются строго по алфавиту. В одном списке разные алфавиты не смешиваются, иностранные источники обычно размещают в конце перечня всех материалов. Принцип расположения в алфавитном списке – "слово за словом", т.е. при совпадении первых слов - по алфавиту вторых и т.д., при нескольких работах одного автора - по алфавиту заглавий, при авторах-однофамильцах - по идентифицирующим признакам (младший, старший, отец, сын - от старших к младшим), при нескольких работах авторов, написанных им в соавторстве с другими - по алфавиту фамилий соавторов.

Библиографический список, построенный по характеру содержания описанных в нем источников, применяется в работах с небольшим объемом использованной литературы. Порядок расположения основных групп записей здесь таков: сначала общие или основополагающие работы, затем источники более частные, конкретного характера.

В библиографическом списке, составленном по порядку упоминания в тексте, сведения об источниках следует нумеровать цифрами с точкой. Связь ссылок и библиографического списка устанавливается по номеру источника или произведения в списке, заключенного в квадратные скобки.

При оформлении библиографического списка указываются все реквизиты книги: фамилия и инициалы автора, название книги, место издания, название издательства и количество страниц. Для статей, опубликованных в периодической печати, следует указывать наименование издания, номер, год, а также занимаемые страницы.

Правила оформления ссылок на использованные литературные источники

При цитировании текста цитата приводится в кавычках, а после нее в квадратных скобках указывается ссылка на литературный источник по списку использованной литературы и номер страницы, на которой в этом источнике помещен цитируемый текст. Если делается ссылка на источник, но цитата из него не приводится, то достаточно в круглых скобках указать фамилию автора и год в соответствии со списком использованной литературы без приведения номеров страниц. Такой порядок оформления ссылок на литературные источники позволяет избежать повторения названий источников при многократном их использовании в тексте.

Например: [15, с. 237-239]

(Гребнев, 1999)

(Fogel, 1992a, 1993a)

Правила оформления приложений

Приложение – заключительная часть отчета (не обязательная), которая

имеет дополнительное, обычно справочное значение, но является необходимой для более полного освещения темы. По содержанию приложения могут быть очень разнообразны: копии подлинных документов, выдержки из отчётных материалов, отдельные положения из инструкций и правил и т.д. По форме они могут представлять собой текст, таблицы, графики, карты.

Каждое приложение должно начинаться с новой страницы с указанием в правом верхнем углу слова «Приложение» и иметь тематический заголовок. При наличии в работе более одного приложения их следует пронумеровать. Нумерация страниц, на которых даются приложения, должна быть сквозной и продолжать общую нумерацию страниц основного текста. Связь основного текста с приложениями осуществляется через ссылки, которые употребляются со словом «смотри», оно обычно сокращается и заключается вместе с шифром в круглые скобки по форме. Отражение приложения в оглавлении работы делается в виде самостоятельной рубрики с полным названием каждого приложения.

По итогам практики обучающийся должен предоставить аттестационный лист и характеристику. Образцы указанных документов представлены в Приложениях. При заполнении характеристики руководителю практики от образовательной организации необходимо отметить основные показатели выполнения производственных заданий, освоения общих и профессиональных компетенций (предусмотренных федеральным образовательным стандартом по специальности).

Текущий контроль успеваемости и оценка результатов прохождения производственной практики осуществляются руководителем практики от образовательной организации в процессе выполнения обучающимися заданий, по итогам проверки дневника практики и отчета по практике.

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения должны позволять проверять у обучающихся сформированность профессиональных компетенций и развитие общих компетенций.

Результаты (освоенные общие компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес	Применение полученных знаний на практике, заинтересованность и креативность в достижении результатов; наличие положительных отзывов по итогам учебной практики от руководителя и работодателя;	отчет по практике; портфолио профессиональных достижений

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество	обоснование выбора и применения методов и способов решения профессиональных задач и оценки их эффективности, и качества; демонстрация эффективности и качества выполнения профессиональных задач; выбор эффективных технологий для решения поставленных задач;	наблюдение за деятельностью студента на практике; экспертное оценивание выполнения задания на практике; отчет по практике; портфолио профессиональных достижений
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях	принятие быстрых решений в сложившейся ситуации, обоснование выбора решения; творческий подход к выполнению практических и самостоятельных работ;	портфолио профессиональных достижений
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития	использование ссылок на источники информации; соответствие решений задачам планирования;	наблюдение за организацией деятельности на практике; накопительная оценка по модулю; отчет по практике; пртфолио профессиональных достижений
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности	использование технических и других средств в педагогической деятельности; представление доклада с презентацией;	накопительная оценка по модулю; отчет по практике; пртфолио профессиональных достижений
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и	конструктивное взаимодействие в коллективе и команде, с руководством, студентами; согласованность действий в коллективе и команде;	наблюдение за организацией деятельности на практике; портфолио профессиональных

социальными партнерами	соблюдение норм профессиональной этики в процессе взаимодействия;	достижений.
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса	разработка планирования деятельности учителя ФК, конспектов; соблюдение технологической последовательности в организации и осуществлении контроля деятельности занимающихся физической культурой; соответствие результатов учебно-воспитательного процесса заданным показателям качества;	наблюдение педагогической деятельности в ходе практики; отчет по практике; портфолио профессиональных достижений
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации	самооценка профессионального и личностного развития; определение задач, содержания, форм и методов самообразования, повышения квалификации;	наблюдение педагогической деятельности в ходе практики; отчет по практике;
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий	составление конспектов по темам; определение целей, задач и содержания при планировании;	наблюдение педагогической деятельности в ходе практики; отчет по практике; портфолио профессиональных достижений
ОК 10. Осуществлять профилактику	соблюдение требований по профилактике травматизма, охраны жизни и здоровья	наблюдение педагогической деятельности в ходе

травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей	занимающихся при организации учебного процесса;	практики
ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм	планирование программы саморазвития; выполнение проф. деятельности в соответствии с требованиями и должностными инструкциями	наблюдение педагогической деятельности в ходе практики; анализ отчётов по практике
ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности	владение базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности	наблюдение педагогической деятельности в ходе практики
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия	Определение цели и задачи учебно-тренировочного занятия в зависимости от вида деятельности, возрастных и индивидуальных особенностей детей; планирование занятия в соответствии с требованиями ФГОС и современных методик;	наблюдение за деятельностью студента на практике; экспертное оценивание выполнения задания на практике; отчет по практике
ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре	использование разнообразных методов, форм и средств организации деятельности; реализация цели, задач, содержания, принципов обучения, воспитания и развития детей на занятии по ФК в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей, уровнем физической подготовки, образовательной областью ПООП;	наблюдение за деятельностью студента на практике; экспертное оценивание выполнения задания на практике; отчет по практике; портфолио профессиональных достижений

	соответствие условий проведения разных видов занятий требованиям СанПин и методике обучения; поддержка детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности;	
ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения	применение адекватных методов и методик руководства деятельностью занимающихся на занятиях по ФК; применение адекватных методов и методик диагностики и оценки показателей результатов деятельности занимающихся на учебных занятиях; □ осуществление оценки результатов обучения и физического развития на основе заданных показателей	наблюдение за деятельностью студента на практике; экспертное оценивание выполнения задания на практике; отчет по практике
ПК 1.4. Анализировать учебные занятия	использование рефлексивного анализа процесса и результатов деятельности детей; соблюдение требований, предъявляемых к анализу учебных занятий;	наблюдение за деятельностью студента на практике; экспертное оценивание выполнения задания на практике; отчет по практике
ПК 1.5. Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре	соблюдение методических требований к оформлению документации, обеспечивающей организацию процесса обучения физической культуре, к отчетной документации.	экспертное оценивание выполнения задания на практике; отчет по практике; портфолио профессиональных достижений; экспертная оценка документации

Аттестация по итогам практики

Шкала оценивания	Критерии оценивания
отлично	практикантом освоены профессиональные и общие компетенции данного вида профессиональной деятельности; занятия проведены на высоком организационно - методическом уровне, обоснованно выдвигались и эффективно решались образовательно- воспитательные задачи, рационально применялись разнообразные методы и приемы активизации учащихся с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей, поддерживалась хорошая дисциплина; практикант проявил глубокие знания методической, психолого- педагогической теории, творческую самостоятельность в подборе дидактического материала при построении, проведении и анализе занятия; практикант самостоятельно организует различные виды деятельности, пользуется передовыми педагогическими технологиями, легко устанавливает психологический контакт со школьниками; все задания по практике выполнялись своевременно, верно; дневник практики оформлен; отчетная документация представлена, грамотно оформлена; в наличии положительные отзывы, оценки руководителей практики от базовых учреждений
хорошо	практикантом освоены профессиональные и общие компетенции данного вида профессиональной деятельности; занятия проведены на высоком уровне, на них успешно решались образовательные и воспитательные задачи, однако недостаточно эффективно использовались отдельные методические приемы активизации учащихся; практикант проявил знание методической и психолого- педагогической теории, самостоятельность в подборе дидактического материала, однако допустил незначительные недочеты, ошибки в построении и проведении занятия; все задания по практике выполнялись своевременно, верно; дневник практики оформлен; отчетная документация представлена, оформлена с незначительными недочетами; в наличии положительные отзывы, оценки руководителей практики от базовых учреждений

удовлетворительно	- практикантом недостаточно освоены профессиональные и общие компетенции данного вида профессиональной деятельности; практикант при организации и проведении деятельности допускал ошибки, недостаточно эффективно применял методическую и психолого-педагогическую теорию, слабо активизировал деятельность учащихся, не всегда мог установить контакт с ними; при анализе занятия не видел своих ошибок и недостатков; -допущены ошибки в оформлении документации, несвоевременно представлен отчет; - в наличии в целом положительные отзывы, оценки руководителей практики от базовых учреждений
неудовлетворительно	- ставится в случае, если практикант не приступил к освоению программ практики

ПРИЛОЖЕНИЯ

**Схемы и примерные образцы отчетных документов по учебной практике ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ МОУДЛЬ ПМ.03
«ПРЕПОДАВАНИЕ ПО ОСНОВНЫМ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМ ПРОГРАММАМ»**

Индивидуальный план работы

Содержание учебно-воспитательной работы студента-практиканта на период практики следует планировать по разделам. Каждый пункт плана должен быть четко спланирован и иметь конкретный характер. При этом должны быть указаны дата, сроки выполнения каждого мероприятия. После завершения намеченной работы в графе «Отметка о выполнении» записывается «выполнено» и проставляется дата окончания работы. Если она не выполнена, делается отметка «не выполнено» и указывается причина невыполнения. План должен быть согласован с учителем физкультуры школы. Выполнение плана проверяется методистом.

Утверждаю
(дата, подпись
руководителя от
организации)

Индивидуальный план работы

студента-практиканта по учебной практике в средней школе
№ 25 г.Смоленска
ИВАНОВА И.А.

№ п/ п	Виды работы	Сроки выполне ния	Отметка о выполнени и
1	2	3	4
I. Организационная работа			
1.	Участвовать в установочной конференции по учебной практике	12.01.25	Выполнено
2.	Изучить учебно-воспитательный процесс в школе: беседа с директором школы (ФИО), завучем (ФИО); беседа с учителем физкультуры (ФИО); беседа с классным руководителем (ФИО);	13.01.25	Выполнено
3.	Ознакомиться с документацией планирования, учета учебной и внеклассной работы (учебные программы; годовой, календарно-тематический план-график учебного процесса, календарь спортивных мероприятий учебного заведения и т.д.);	13.01.25	Выполнено
II. Учебно-методическая работа			
1.	Просмотреть уроки физической культуры,	14, 15, 16	Выполнено

	проводимые учителем физической культуры (Ф.И.О.) и провести совместный анализ;	января	
2.	Провести уроки физической культуры в качестве помощника учителя физической культуры (Ф.И.О.);	17, 19, 20 января	Выполнено
3.	Составить календарно-тематический план-график по физической культуре на 3 четверть для ____ класса;	17.01.25	Выполнено
4.	Провести уроки физической культуры в прикрепленных классах в качестве учителя физической культуры (указать классы по расписанию);	в течение практики	Выполнено
5.	Провести уроки физической культуры в качестве помощника на подгруппе у студента практиканта (Ф.И.О.);	II неделя практики	Выполнено
6.	Выполнить педагогический анализ урока физической культуры в _____ классе, проводимого студентом- практикантом (Ф.И.О.);	III неделя практики	Выполнено
7.	Составить план работы спортивной секции по _____ (указать вид спорта);	19.01.22	Выполнено
8.	Выполнить хронометрирование урока физической культуры в _____ классе, проводимого студентом (Ф.И.О.);	III неделя практики	Выполнено
9.	Провести пульсометрию в _____ классе (Ф.И.О. ученика);	III неделя практики	Выполнено
10.	Составить конспекты уроков физической культуры для _____ классов;	в течение практики	Выполнено
11.	Составить конспекты тренировочных занятий по _____ (вид спорта);	в течение практики	Выполнено
12.	Провести контрольный урок по физической культуре в _____ классе;	III неделя практики	Выполнено
13.	Составить отчетную документацию по практике;	III неделя практики	Выполнено
14.	Участвовать в защите отчетов по практике;	III неделя практики	Выполнено
15.	Участвовать в заключительной конференции по практике.	по расписанию	Выполнено
III. Воспитательная работа			
1.	Провести беседу на тему: « _____ » в _____ классе;	III неделя	Выполнено

2.	Участвовать в проведении классных часов, родительских собраний;	по плану классного руководителя	Выполнено
3.	Выход с прикрепленным классом в музей, кино и т.д.;	В течение практики	Выполнено
4.	Посетить общеобразовательные уроки (указать какие);	В течение практики	Выполнено
5.	Участвовать в организации и проведении внутриклассных мероприятий;	по плану классного руководителя	Выполнено
IV. Внеклассная работа по физической культуре			
1.	Провести секционные занятия по _____ (указать вид спорта);	по расписанию	Выполнено
2.	Организовать и провести соревнования ____ (указать какие);	по плану школы	Выполнено
3.	Участвовать в проведении городских соревнований по _____ (указать вид спорта) среди школьников Ленинского (или Промышленного) района;	по плану школы	Выполнено
4.	Оказать помощь в организации и проведении спортивного вечера, посвященного Дню защитника Отечества, Международному женскому дню;	по плану школы	Выполнено
V. Хозяйственная работа			
1.	Оказать помощь учителям физической культуры школы в ремонте спортивного инвентаря, спортивного зала.	В течении практики	Выполнено

План составил _____ Иванов И.А.

Утверждаю
(дата, подпись
методиста)

**Примерный образец календарно-тематического плана-графика
учебной работы по физической культуре на I четверть по легкой атлетике для учащихся 9-го класса
(18 час)**

Задачи:

Образовательные:

- Продолжить обучение технике спринтерского бега (бег 100 м).
- Продолжить обучение технике высокого и низкого старта.
- Совершенствовать технику длительного бега (15-20 мин.) в равномерном темпе.
- Совершенствовать технику прыжка в длину с 11-13 шагов разбега.
- Совершенствовать технику прыжка в высоту с 7-9 шагов разбега.
- Совершенствовать технику метания малого мяча в горизонтальные и вертикальные цели (мальчики 16-18 м, девочки 12-14 м.).
- Совершенствовать технику метания на дальность с 3-6 шагов разбега.
- Создать представление о темпе, скорости и объёме легкоатлетических упражнений, направленных на развитие выносливости, быстроты, силы, координационных способностей.
- Обучить измерению результатов, подаче команд, демонстрации упражнений.

Воспитательные:

- Воспитывать выносливость (длительный бег, кросс, бег с гандикапом, в парах, командой, эстафеты, круговая тренировка).
- Воспитывать скоростно-силовые способности (прыжки, многоскоки, метания на дальность мячей весом до 3х кг).
- Воспитывать скоростные способности (эстафеты, старты, бег с ускорением, с максимальной скоростью).
- Воспитывать координационные способности (варианты челночного бега, бег с изменением направлений, скорости, способа перемещения).
- Воспитывать морально-волевые качества, интеллектуальные способности, эстетические вкусы).

Оздоровительные:

- Укреплять здоровье учащихся, способствовать закаливанию, формированию правильной осанки, профилактике плоскостопия.

- Подготовить учащихся к выполнению основных учебных нормативов и требований по освоению двигательных навыков.

Основные учебные нормативы и требования для учащихся 9 классов

(Лях В.И. Комплексная программа по физическому воспитанию учащихся 1-11 классов, 2004).

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Уровень физической подготовленности					
			мальчики			девочки		
			низкий	средний	высокий	низкий	средний	высокий
1.	Скоростные	Бег 30 метров	5.5	5.3-4.9	4.5	6.0	5.8-5.3	4.9
2.	Координационные	Челночный бег 3×10м	8.6	8.4-8.0	7.7	9.7	9.3-8.8	8.5
3.	Скоростно- силовые	Прыжок в длину с места	175	190-205	220	155	165-185	205
4.	Выносливость	6-мин. бег	1100	1250- 1350	1500	900	1050- 1200	1300
5.	Силовые	Подтягивания.	3	7-8	10	5	12-13	16
6.	Гибкость	Наклон вперед из и. п. стоя	4	8-10	12	7	12-14	20

Содержание учебного материала	Номер недели																	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9									
	Номер урока																	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Основы знаний. -правила поведения и техники безопасности на уроках ФК. -представления о темпе, скорости и объёме л/атл упражнений, направленных на развитие физических качеств. <i>Тематика теоретических уроков</i> -историческое развитие ФК в России. -педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств: - современные формы построения занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью.	O					O/2'				O/2'							T E O R E T I C K И Й	T E O R E T I C K И Й
Навыки и умения. 1. Низкий, высокий старт (до 30 м.) 2. Спринтерский бег (бег 100 м.) 3. Длительный бег: м – 3000 м., д – 2000 м. 4. Прыжок в длину с 11-13 шагов разбега.		OP OP	ЗКТ ЗКТ	C C	C Kr		OP ЗКТ	C C	C Kr	СКр				OP ЗКТ	C	СКр		У Р

5. Прыжок в высоту с 7-9 шагов разбега. 6. Метания малого мяча: - в цель (м – 16-18м., д – 12-14м). - на дальность с места и с 3-6 шагов разбега. - из различных и.п. Материал для развития физических качеств <i>1. Быстрота</i> - специальные беговые упражнения - варианты челночного бега - бег с ускорением по сигналу - бег из различных и.п. - спортивные игры, эстафеты - бег 30 м. <i>2. Скоростно-силовые качества:</i> - прыжок в длину с места - прыжки, многоскоки - упр. с набивными мячами - со скакалками - подтягивания: м – на высокой перекладине, д – на низкой перекладине <i>3. Выносливость:</i> - равномерный длительный бег - кроссовая подготовка: м – до 20 мин., д – до 15 мин. - подвижные и спортивные игры		3'	3'		3'	2'	2'	3'	2'	Кр	3'		4'	2'		О	О
		3'	3'	4'		2'			4'	3'		4'		5'	5'	К	К
		Кр	5'									6'		5'	5'		
				4'	3'	4'	3'	4'	4'	3'		4'	4'	Кр	2'		
				3'	3'				4'		2'		2'		Кр		
					5'		6'	6'	6'	6'							
		10'	10'								10'		10'	10'	10'		
		6'	5'	6'	5'	6'	5'	6'	5'	Кр		5'	5'	5'	5'		
									6'	6'	6'						
											6'						

- 6-минутный бег Упражнения специальной разминки и ОРУ. -на месте без предмета, с предметом. -в движении без предмета, с предметом. -в парах. -на гимнастической стенке. -в эстафете, в игре.																		
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Условные обозначения:

О - ознакомление теоретическое и практическое с изучаемым двигательным действием;

Р - углубленное разучивание двигательного действия;

З - закрепление двигательного действия (соединение частей фаз упражнения в единое целое и выполнение его в полной координации); С - совершенствование двигательного действия; Кт - контрольное упражнение на технику; Кр - контрольное упражнение на результат. 1' , 5', 10' - материал для развития физических качеств

Утверждаю
(дата, подпись
учителя ФК)

Примерный образец конспекта урока по физической культуре по легкой атлетике № 13 для учащихся 9 класса

Дата проведения _____

Задачи урока:

1. Обучить технике прыжка в высоту способом «перешагивание» с 7-9 шагов разбега.
2. Совершенствовать технику метания малого на дальность с 3-6 шагов разбега.
3. Развивать скоростные и скоростно-силовые способности посредством беговых и прыжковых упражнений, эстафет.
4. Воспитывать морально-волевые качества, трудовые привычки.

Место проведения: спортивный зал школы.

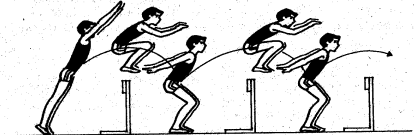
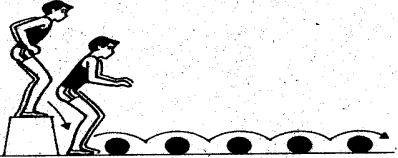
Инвентарь и оборудование: легкоатлетический комплекс для прыжков в высоту, теннисные мячи, набивные мячи, свисток, гимнастические палки – 4.

Конспект составил _____

Части урока	Содержание учебного материала	Дозировка	Организационно-методические указания
1	2	3	4
	1. Построение, рапорт, постановка задач урока.	1'30"	Обратить внимание на спортивную обувь учащихся.
	2. Ходьба и её разновидности: - обычная - с перекатом с пятки на носок	30"	Следить за правильным выполнением переката.
	3. Бег и его разновидности: а) обычный	1' 20"	Туловище держать прямо, смотреть вперед.
	б) спиной вперед	20"	Руки согнуты в локтевых суставах на уровне пояса,
	в) приставными шагами правым и левым боком	20"	центр тяжести не поднимать.
	4. Перестроения из колонны по одному в колонну по-два.	30"	«Класс! Через центр по – два! Марш!»
	5. ОРУ на месте	5'	
	а) И. п. – о. с.	4	Выполнять по

П О Д Г О Т О В И Т Е Л Ь Н А Я Ч А С Т Ь 15 мин	1-4 - круги головой вправо, 5-8 - то же влево.	раза	максимальной амплитуде, в медленном темпе
	б) И. п. – стойка ноги врозь 1-4 - круги руками вперед, 5-8 - то же назад.	4 раза	Выполнять по максимальной амплитуде, в быстром темпе
	в) И. п. – правая рука вверху 1-2 - рывки руками назад, 3-4 - то же, левая рука вверху.	4 раза	Руки в локтевых суставах не сгибать, рывки резче.
	г) И. п. – стойка ноги врозь, руки за голову 1 – поворот туловища направо, 2 – и. п. 3-4 – то же налево.	6-8 раз	Пятки от опоры не отрывать. Спина прямая.
	д) И. п. – стойка ноги врозь, руки на пояс 1 – наклон к правой, руки вперед 2 – и. п. 3-4 – то же к левой	6-8 раз	Глубже наклон, прогнуться в поясничном отделе, потянуться за руками.
	е) И. п. – стойка ноги врозь, руки на пояс 1 – присед, руки вперед 2 – и. п. 3-4 – то же	6-8 раз	Глубже присед, пятки от опоры не отрывать.
	ж) И. п. – стойка ноги врозь, руки на пояс 1-4 – подскоки на двух	6 раз	Выше подскоки. Выполнять под счет учителя
	6. Перестроения из колонны по – два в колонну по одному	30''	«Класс! Из колонны по – два в колонну по одному! Марш!»
	7. Специальные беговые и прыжковые упражнения: - бег с высоким подниманием бедра	6' 30''	Бедро маховой ноги поднимается до горизонтали и немного выше, плечи расслаблены. Руки согнуты в локтевых суставах (как при обычном беге), опорная нога и туловище составляют одну прямую линию. Опорная нога в момент отталкивания полностью выпрямляется, не разводить колени в стороны, не

	- бег с захлестыванием голени	30''	наклонять туловище назад, не поднимать плечи. Быстрыми поочередными движениями голень захлестывается назад с касанием ягодиц пятками. Туловище прямо или слегка наклонено вперед. Руки, согнутые в локтевых суставах, работают как при беге (или свободно опущены вниз).
	- бег прыжками с ноги на ногу	30''	Толчковая нога при отталкивании полностью выпрямляется во всех суставах, а маховая, согнутая в коленном суставе, энергично посылается коленом вперед-вверх до горизонтального положения. Туловище слегка наклонено вперед, руки согнутые в локтевых суставах, энергично двигаются вперед-назад. Отталкиваться под острым углом, т. е. вперед, а не вверх. Темп выполнения быстрый.
	- семенящий бег	30''	Плечевой пояс не напряжен. Руки свободно опущены. Опорная нога полностью разгибается в коленном суставе. Упражнение выполняется короткими шагами с очень малым подъемом бедра.
	- бег на месте в упоре с высоким подниманием бедра	30''	Туловище под углом 50°. Поочередно быстрые отталкивания от опоры с подниманием бедра выше горизонтали. Обращать внимание на полное разгибание опорной ноги.

	- прыжки с места: тройной, пятерной, десятерной прыжок с ноги на ногу -прыжки на двух ногах с продвижением вперед через препятствия -спрыгивая с возвышения, прыжки на двух ногах через набивные мячи	1'30" 1' 1'	Туловище и опорная нога составляют прямую линию. Нога ставится на опору на переднюю часть стопы (пятка не касается опоры).   
	<i>1. Обучение технике прыжка в высоту способом «перешагивание» с 7-9 шагов разбега</i> - краткий рассказ и демонстрация техники прыжка в высоту - имитация постановки ноги и отталкивания в сочетании с работой рук. - прыжки в шаге вверх, отталкиваясь толчковой ногой через шаг - прыжки в шаге вверх, отталкиваясь толчковой ногой через три шага	9' 1' 2-3 раза 2-3 раза 2-3 раза 2-3 раза	Рассказ должен быть образным и интересным. Показать технику прыжка, акцентируя внимание занимающихся на отдельных фазах движения. Выполнять фронтально, следить за синхронным выполнением маха выпрямляющейся ногой и отталкивания и сохранением равновесия. Выполнять в колонне по одному, следить за точным выполнением толчковой ноги и вертикальным положением туловища. То же при увеличении скорости передвижения. Выполнять в колонне по одному, обращать внимание

О С Н О В Н А Я	- «перешагивание» планки, установленной наклонно, сбоку	2-3 раза	на выполнение маха и опускание маховой ноги за планку. Обращать внимание на приземление на маховую ногу.
	- «перешагивание» планки, установленной ровно, с одного шага разбега - прыжок через планку с 2-3 шагов разбега	2-3 раза	Планку устанавливают на доступной высоте. Обращать внимание на опускание маховой ноги за планку и разворот туловища лицом к планке при приземлении.
Ч А С Т Ь	2. Совершенствование техники метания малого мяча с 3-6 шагов разбега - и. п. – стоя левым боком в сторону метания, руки в стороны. Метание мяча с одного шага. - и. п. – то же. Метание мяча со скрестного шага. - метание мяча с 3-6 шагов разбега	7'	
		2-3 раза 3-4 раза 3-4 раза 7'	Следить за тем, чтобы при постановке левой правая нога сгибалась Следить за отсутствием вертикальных колебаний тела Следить за сохранением положением снаряда в отведенной руке.
23 мин	3. «Эстафета с гимнастической палкой». У направляющего первой группы в руках гимнастическая палка. По сигналу он бежит вперед, добегают до направляющего противоположной колонны своей команды, передает ему второй конец палки, и вдвоем они проносят палку под ногами всех участников этой группы, которые в прыжке преодолевают палку. Игрок первой группы остается в конце колонны, а направляющий второй группы с палкой бежит к участникам первой группы и там вместе с направляющим		Каждая команда, в свою очередь, поделена на две группы, которые строятся, как для встречной эстафеты, на противоположных линиях площадки в колонны по одному. Правила игры: 1. Перепрыгивать через палку, отталкиваясь двумя ногами. 2. Если наступили на палку, ее надо поднять и продолжать движение дальше. 3. Высота проноса палки от 30 до 50 см.

	выполняют то же упражнение. Выигрывает команда, игроки которой быстрее поменяются местами в колоннах.		4. За нарушение правил команда получает штрафные очки.
3 А К Л. Ч А С Т Ь 3 мин	1. Медленный бег с переходом на ходьбу. 2. Подведение итогов урока. Домашнее задание	1' 2'	Во время ходьбы выполнять упражнения на восстановление дыхания. Отметить, как все учащиеся освоили технику метания малого мяча с 3-6 шагов разбега

Оценка за конспект: _____ (подпись руководителя от организации)

Оценка за проведение: _____ (подпись учителя ФК)

Конспект беседы (тезисы)

Конспект беседы или лекции рекомендуется составлять по следующей схеме:

- название темы;
- сведения об аудитории, для которой проводится беседа или лекция;
- время, отведенное на беседу;
- план беседы;
- конспект изложения основного материала;
- использование наглядного материала;
- использованная литература;

Краткость изложения не должна подменяться обрывочными фразами, лишенными логической связи. Необходимо помнить, что тезисы беседы будут просматривать курсовой руководитель, методист бригады, классный руководитель или другие лица, и поэтому они должны быть понятны не только их автору.

Тезисы или конспект беседы утверждают методист бригады, учитель физической культуры или классный руководитель.

В конце конспекта беседы должна стоять оценка за ее проведение и подпись учителя физической культуры или классного руководителя.

Педагогический анализ урока по физической культуре

Общие сведения:

школа _____; класс _____; число учащихся по списку _____

Занималось _____

дата проведения _____;

продолжительность урока _____;

место проведения _____

Ф.И.О. учителя, ведущего урок _____

Задачи урока: 1. _____

2. _____

3. _____

Подготовленность учителя к уроку

1. Конспект урока: анализ задач урок, соответствие учебного материала задачам урока, последовательность и дозировка упражнений, их соответствие полу, возрасту, уровню физической подготовленности занимающихся; продуманность организационно-методических моментов урока: методов обучения, воспитания и организации занимающихся.

2. Подготовка мест занятий: санитарно-гигиеническое состояние мест занятий; рациональность распределения по залу инвентаря и оборудования.

3. Внешний вид учителя, его готовность к проведению урока: соответствие костюма характеру практических занятий; аккуратность, подтянутость. Даже небольшой беспорядок во внешнем виде учителя в прическе, в одежде, в обуви привлекает внимание учащихся и становится предметом обсуждения, отвлекая их от урока.

Организация урока

1. Организация начала урока: своевременное начало урока и организация занимающихся. Это очень важный момент в деятельности учителя: урок должен начинаться строго по звонку, организованное построение, учет отсутствующих. Все это дисциплинирует, настраивает на урок.

2. Правильность постановки задач урока перед учащимися: манера изложения, простота и доступность для занимающихся.

3. Выбор места учителя в различные моменты урока: отметить умение учителя правильно или неправильно выбирать место для показа физических упражнений, для наблюдения за занимающимися, для исправления ошибок, для оказания страховки и помощи. Проанализировать, указать схематически, где находился учитель в подготовительной части при

проведении ОРУ, в основной части – при обучении, развитии физических качеств, играх, эстафетах, в заключительной части – во время различных заданий.

4. Использование методов организации занимающихся на уроке:

необходимо отметить, какие методы организации занимающихся (фронтальный, групповой, индивидуальный, поточный, посменный, круговой) были использованы учителем при реализации учебных заданий. Насколько они были целесообразны или нецелесообразны.

5. Целесообразность использованных перестроений, перемещений, расположения групп, команд в ходе урока.

6. Применение организующих и дисциплинирующих средств и методов в уроке: целесообразность использования строевых упражнений, упражнений на внимание, игр с дисциплинарными правилами и т.д.

7. Соблюдение правил безопасности на уроке: предварительная проверка устойчивости и прочности снарядов; организация страховки и взаимопомощи.

8. Целесообразность использования помощников в уроке: капитанов,

водящих, судей. При определенных двигательных заданиях, когда их несколько в основной части урока, учителю необходимо привлекать для управления и организации учащихся наиболее подготовленных учеников в качестве помощников при страховке; старших в отделениях, капитанов, судей, водящих. Такая необходимость возникает, начиная со среднего школьного возраста, когда учебный материал приобретает обучающую направленность по технике упражнений, тактике в игровых видах.

9. Организация учащихся, освобожденных от занятий: учащихся, освобожденных от уроков по физической культуре, необходимо использовать в уроке, давая им задания разнообразного характера: простейшая помощь в судействе, организация, наблюдение.

10. Уборка инвентаря и оборудования: необходимое требование к уроку – осуществлять трудовое воспитание, т.е. приучать детей к аккуратности, бережному отношению к инвентарю и оборудованию. Однако показателем мастерства в работе учителя является его умение так спланировать расстановку и уборку снарядов, мелкого инвентаря, чтобы не было необходимости часто их менять местами, передвигать, приносить и уносить маты и другие учебные приспособления.

11. Организация окончания урока: своевременное окончание урока, соответствие ее основной части урока и предстоящей деятельности учащихся; подведение итогов урока, снижение физической нагрузки.

12. Распределение времени между частями урока и основными видами упражнений: соответствие их запланированному в конспекте.

Анализируется целесообразность затраченного времени на обучение и воспитание, фиксируется затянутость или ускоренность частей урока, отдельных заданий.

Обучение на уроке

1. Применение словесных методов: учитывается содержательность,

краткость, образность объяснений, знание терминологии, культура речи, умение четко подавать команды.

2. Использование методов наглядного воздействия: показ упражнения, его качество, умение выделить в упражнении главное звено, детали техники; использование наглядных пособий, ориентиров, звуковых сигналов.

3. Использование методов практических упражнений: анализ используемых методов упражнений – целостного, расчлененного, игрового, соревновательного проводится с учетом возраста, пола, уровня физической подготовленности и в зависимости от этапов обучения двигательному действию.

4. Использование подводящих, подготовительных и специальных

упражнений при обучении и совершенствовании техники отдельных упражнений: при обучении и совершенствовании техники упражнений необходимо использовать упражнения, позволяющие быстро, правильно и экономично освоить двигательное действие. На стадии обучения при формировании двигательного навыка, в большей степени используются подводящие упражнения и подготовительные упражнения, а при совершенствовании техники – специальные упражнения.

5. Осуществление межпредметных связей: на уроках физической культуры имеются благоприятные условия для использования знаний, законов, закономерностей из других школьных дисциплин для лучшего усвоения двигательных заданий. В каждом разделе школьной программы (гимнастика, легкая атлетика, игры, плавание) имеются большие возможности для использования физики, биологии, литературы, истории, математики и других школьных учебных предметов.

6. Методика исправления ошибок: необходимо проанализировать умение предупреждать и исправлять ошибки; умение предвидеть, увидеть и грамотно исправлять ошибки учеников при обучении – один из показателей мастерства педагога. При анализе данных умений у учителя необходимо отметить, видел ли он ошибки, недостатки в овладении техническими, тактическими действиями у учащихся; какие меры, приемы, методы для устранения их применял; разъяснял ошибки всему классу или вел индивидуальную работу.

7. Соответствие используемых упражнений возрасту, полу, физической подготовленности учащихся: предмет «физическая культура» является единственным, на котором при неправильном использовании средств, приемов, условий обучения и проведения занятий, можно отрицательно повлиять на здоровье детей.

8. Осуществление индивидуального подхода в обучении.

Развитие физических качеств

- 1. Какие физические качества развивались в процессе урока (в каких частях урока).**
- 2. Какие методы использовались для развития их или иных физических качеств:** их соответствие особенностям учащихся данного возраста и задачам урока.
- 3. Анализ нагрузки и отдыха при выполнении двигательных заданий.**

Воспитание на уроке

- 1. Воздействие личности учителя на учащихся:** определенное представление о личности учителя можно получить через: *поведение учителя на уроке* (спокойствие, выдержка, умеренная жестикуляция); *общение с учащимися* (корректность, простота, чувство юмора, культура речи, доброжелательность, образность, литературная грамотность; *требовательность и объективность по отношению к учащимся.*
- 2. Применение средств и методов воспитания моральных и волевых качеств:** своевременность и целесообразность поощрений, наказаний, дисциплинирующих упражнений и т.д.
- 3. Оценка дисциплины на уроке и методика ее поддержания.**

Общее заключение по уроку, выводы и предложения

- 1. Общая оценка решения поставленных задач:** в процессе урока должны решаться образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи. Однако, в силу определенных обстоятельств, эти задачи могли быть не все решены или частично решены. Раскрыть причины, не позволившие выполнить запланированную работу.
- 2. Оценка оздоровительной направленности урока:** «физическая культура» – единственный предмет в школе, учебно-воспитательный процесс которого, направлен не только на обучение и воспитание учащихся, но и на разностороннее укрепление здоровья, закаливание школьников. Для этого учителем используются разнообразные средства, методы, приемы; создаются специальные условия: занятия на свежем воздухе, соблюдение гигиенических требований к местам занятий, одежде, обуви учеников; используются упражнения на осанку, дыхательного характера; увеличивается двигательная активность учащихся. Все это позволяет развивать и совершенствовать функции и системы растущего организма. Оздоровительная работа на уроках

физической культуры, как правило, идет незаметно, параллельно с обучением и воспитанием, что при анализе деятельности учителя в этом направлении требует от проверяющего специальных профессиональных знаний.

3. Положительные стороны в работе учителя: анализ деятельности учителя в уроке используется не только для выявления недостатков, ошибок в работе, но и для описания передового опыта, интересных педагогических находок, оригинальных приемов и стиля в творчестве педагога.

4. Основные недостатки в подготовке и проведении урока: в процессе анализа подготовленности учителя к уроку, организации урока, обучения, воспитания, развития физических качеств выявились недостатки в работе, ошибки; их необходимо перечислить.

5. Общая оценка плотности урока.

6. Отношение учащихся к уроку: активность, интерес и т.д.

7. Оценка за проведение урока: «отлично»; «хорошо»; «удовлетворительно»; «неудовлетворительно».

8. Предложения по улучшению качества проведения урока: без предложений по улучшению качества урока анализ считается неполным, не достигшим своей цели. Отмеченные недостатки, ошибки должны быть разобраны, проанализированы и предложены меры и пути по их устранению.

Подпись анализирувавшего урок _____

Подпись проводившего урок _____

Примечание:

- Каждое утверждение в анализе урока должно быть обосновано примерами, фактами.
- Нумерация проводится для разделов анализа (организация урока, обучения на уроке). В пределах самих разделов рассмотрение каждого пункта проводится без нумерации, начиная с красной строки.
- Без предложений по улучшению качества проведения уроков в дальнейшем, анализ урока считается не достигшим своей цели.

Хронометрирование урока физической культуры

Хронометрирование – одна из методик педагогического контроля, позволяющая раскрыть умение учителя правильно и рационально использовать время урока, а также спланировать и реализовать необходимый объем нагрузки на организм учеников с учетом возраста, пола и уровня физической подготовленности.

Хронометрирование уроков физической культуры проводится с целью получения данных об общей и двигательной плотности урока. Плотность урока – это своеобразный КПД урока.

Общая (относительная) плотность урока (ОП) – это отношение педагогически оправданных (рациональных) затрат времени на деятельность учителя и учеников к общей продолжительности урока.

К целесообразной деятельности относятся: объяснение и показ двигательных заданий учителем; выполнение упражнений учениками; необходимый отдых после сложных или интенсивных упражнений; построения и перестроения, перемещения; различные вспомогательные действия, в которые входит подготовка, уборка инвентаря, оборудования и др.

Все эти виды деятельности входят в категорию рациональных затрат времени и определяют **общую плотность урока (ОП)**. Но бывают случаи, когда затраты времени нельзя назвать рациональными, педагогически оправданными. Это опоздание класса на урок или окончание занятий до звонка; затянувшееся подготовка мест занятий; поиск инвентаря, что нужно и можно было сделать до начала урока, а также другие неоправданные потери времени, которые могли быть устранены в результате более оперативных и заранее продуманных действий. В этом случае затраты времени определяются как «простой по вине учителя» и не входят в общую плотность урока.

Двигательная плотность урока (ДП) – это отношение времени, которое используется на целенаправленную двигательную деятельность ученика в уроке к общей его продолжительности. По показателям двигательной плотности мы можем судить об объеме и характере нагрузки в уроке.

Методика определения общей и двигательной плотности урока одновременно:

Наблюдение проводится в подготовительной и заключительной частях урока за всем классом, в основной – за одним учеником (средним по уровню физической подготовленности). Секундомер со звонком на урок включается и до окончания урока не выключается. Все действия учителя и учеников фиксируются по их окончанию (по скользящей стрелке секундомера) в специальном протоколе хронометрирования урока, расчерченном по следующей форме:

**Схема протокола
хронометрирования урока физической культуры, проводимого
преподавателем _____
(фамилия, имя, отчество)**

Дата _____ Место проведения _____

Класс _____

Количество учащихся по списку _____

Задачи урока 1. _____

2. _____

3. _____

Наблюдение проводилось за _____
(фамилия, имя ученика)

Урок хронометрировал _____

Части урока	Содержание урока и виды деятельности учителя и учащихся	Показа ния секундо мера	Виды деятельности				Простой по вине учителя
			Объясне ние показ	Выполне ние упражне ний	Ожидание и отдых	Вспомога тельные действия	
1	2	3	4	5	6	7	8
Подготовитель ная часть							
	Итого						
Основная часть							
	Итого						
Заключите льная часть							
	Итого						
	Всего						

Подписи:

проводившего хронометраж _____

учителя, проводившего урок _____

В первой графе указывается части урока и время, планируемое на них; во второй записываются действия учителя и учащихся.

В третьей графе отмечаются все изменения времени после смены видов деятельности. Так, например, приход класса в спортивный зал, построение и рапорт заняли 2 мин 30 с (2'30"). Эта цифра проставляется в графе 3 «Приход в зал, построение, рапорт». Следующий вид деятельности «Сообщение задач урока» занял 3 мин., которые проставляются против соответствующей записи в графе 4 «Объяснение и показ», а в графе 3 «Показание секундомера» проставляется цифра 3 мин 05 сек, т.е. сумма времени, затраченного уже на оба вида деятельности. Таким образом, цифра в графе «Показания секундомера» будет увеличиваться на столько, сколько будет затрачено времени на тот или иной вид деятельности. Если урок начнется и закончится точно по звонку, то последняя цифра должна быть 40 минут (или 80 минут, если урок сдвоен).

В графах 4-7 проставляется время, затраченное на соответствующий вид деятельности. Цифры проставляются против записи в графе 2, определяющей характер деятельности.

В том случае, если время на уроке было затрачено нерационально, педагогически не оправданно, оно фиксируется в графе 8 «Простой по вине учителя».

Хронометраж плотности урока рекомендуется выполнять вдвоем: один студент наблюдает и сообщает время, затраченное на тот или иной вид деятельности, другой фиксирует эти сведения в протоколе. Для наблюдения избирается один ученик, наиболее добросовестно выполняющий задание педагога.

Хронометрирование видов деятельности на уроке требует известного навыка, поэтому перед контрольным хронометрированием рекомендуется выполнить 1-2 пробных.

Приступая к хронометрированию, надо ознакомиться с содержанием предстоящего урока, чтобы в процессе работы облегчить себе запись, которая в черновике может быть условной, понятной только лицу, ведущему наблюдение.

В контрольном протоколе обобщенная запись каждого вида деятельности производится с соблюдением норм спортивной терминологии. Протокол хронометрирования следует вести подробно, фиксируя в минутах и секундах показатели секундомера при различных видах деятельности и при каждой попытке выполнения упражнения. Протоколы, отражающие только суммарное время, затраченное на данный вид деятельности, не принимаются.

После окончания урока черновые записи обрабатываются:

а) в графы 4-8 заносится время отдельных видов деятельности. Для этого вычисляется разница между временем окончания данной деятельности и показанием секундомера, соответствующими окончанию предыдущей деятельности. Например, объяснение пятого упражнения закончилось при показании секундомера 9 мин 45 сек. Далее идет выполнение этого упражнения, т.е. новый вид деятельности. Окончание данного упражнения

было зафиксировано на цифрах 10 мин 35 сек. Из этой цифры вычитается 9 мин 45сек. Следовательно, на выполнение пятого упражнения было затрачено 50 сек. Эта цифра и записывается в графе 5;

б) суммируется время каждой графы, определяющей вид деятельности или простой по вине учителя (4-8 графы), отдельно в каждой части урока и урока в целом;

в) высчитывается процент общей и моторной плотности урока.

Общая плотность урока - отношение рационально затраченного времени (сумма времени 4-7 графы) к общему времени урока. Если простой по вине учителя определен в 2 минуты, то общая плотность будет составлять:

$$\text{ОП} = \frac{\Sigma(\text{графы 4-7})}{\text{Общее время урока}} \times 100 \%$$

Моторная плотность урока - отношение времени, затраченного на выполнения упражнений (графа 5), к общему времени урока. В уроке на выполнение упражнений было затрачено 17 мин. Моторная плотность будет:

$$\text{МП} = \frac{\text{Результат графы 5}}{\text{Общее время урока}} \times 100 \%$$

Существуют определенные методические требования к плотности урока физической культуры. Считается, что двигательная (моторная или абсолютная) плотность урока должна быть от 35% до 70%. Хорошим уроком считается урок физической культуры, имеющий общую плотность не ниже 90%.

Естественно, что уроки, на которых проводится изучение нового материала, будут иметь меньшую двигательную плотность, т.к. много времени тратится на показ и объяснение упражнений, исправление ошибок, а уроки закрепления и совершенствования пройденного материала – большую; гимнастические уроки в зале с индивидуальной работой на снарядах и длительным ожиданием очереди выполнения – меньшую, а уроки лыжной подготовки с их характерными температурными условиями – большую плотность.

Для достижения необходимой плотности урока физической культуры требуется:

- хорошая подготовка учителя к уроку, тщательная продуманность всех его сторон организационной, учебной, воспитательной;
- своевременное, точно со звонком, начало и окончание урока;
- полное обеспечение занимающихся необходимым инвентарем и оборудованием и заблаговременная их подготовка;
- хорошая дисциплина и порядок на уроке физической культуры;

- четкое и правильное объяснение, показ упражнений и двигательных заданий;
- совмещение объяснения, показа и выполнения упражнений в младшем школьном возрасте;
- использование наиболее рациональных методов организации занимающихся в уроке: фронтального, посменного, кругового;
- в основной части урока при применении группового метода разбивать класс на небольшое количество групп, отделений;
- избегать лишних перестроений, перемещений, передвижений учеников и т.д.

Подводя итоги хронометрирования урока, следует помнить, что сумма всех рациональных и нерациональных затрат времени (4-8 графы) должна равняться общей продолжительности урока.

На основе данных хронометрирования дается всесторонний письменный анализ деятельности учителя и оценка его умения правильно и рационально использовать время урока. В заключение анализа должны быть внесены предложения по устранению отмеченных недостатков и указаны пути повышения плотности урока.

Анализ прилагается к протоколу хронометрирования урока, и они вместе составляют единый документ, подписываемый студентом-практикантом, выполняющим хронометраж. С данным документом нужно ознакомить студента-практиканта, урок которого хронометрировался, и он должен подписать его.

Этот документ утверждается учителем физической культуры школы, оценивается методистом.

Пульсометрия как средство педагогического контроля интенсивность и нагрузки в уроке физической культуры

Если хронометрирование позволяет выявить рационально истраченное время и объем нагрузки в уроке, то при помощи пульсометрии можно проанализировать изменение интенсивности нагрузки на организм занимающегося в течение урочного времени.

В связи с тем, что частота сердечных сокращений находится в прямой зависимости от величины физической нагрузки на организм, для определения правильности распределения физической нагрузки на организм занимающихся в течение урока применяется пульсометрия.

Для наблюдения выбирается один учащийся из числа наиболее дисциплинированных, активных и добросовестно выполняющих задание учителя (этот ученик должен быть заранее предупрежден о его роли в качестве объекта наблюдения).

Первая проба пульса берется перед звонком на урок. До этого необходимо убедиться, что наблюдаемый ученик находится в спокойном состоянии, т.е. показатель пульса должен быть нормальным для него. Продолжительность каждой пробы 10 с. Периодичность взятия проб пульса может быть различной в зависимости от характера выполняемой работы.

Рекомендуется брать пробы:

- через каждые 3 мин, если характер работы постоянный (перестроение, ходьба, общеразвивающие упражнения и т.д.); интервал менее 3 мин нерационален, так как частое отвлечение ученика для взятия пробы не соответствует объективному определению интенсивности нагрузки;
- после каждой части урока;
- после выполнения сложных упражнений, требующих большого напряжения (бег, упражнения на гимнастических снарядах, прохождение этапа эстафеты).

Выполнение двух последних требований обязательно. От первого требования возможны отступления. Например, на 9-й минуте нужно брать пробу пульса, но по ходу урока видно, что через 1-2 мин закончится подготовительная часть. В этом случае проба берется не на 9-й минуте, а на 10-11-й. Такое же решение должно быть принято и в том случае, если наблюдаемый ученик выполняет упражнение. Пробу пульса следует брать только после его выполнения, т.е. в моменты, не мешающие выполнять ученику задание учителя, но не реже чем через 3-5 мин.

Не рекомендуется подзывать наблюдаемого ученика к себе, так как это исказит картину нагрузки и нарушит ход урока. Студент-практикант, проводящий наблюдения, располагается недалеко от ученика и в момент взятия пробы подходит к нему.

Количество измерений пульса за 40-минутный урок должно быть не менее 13 (в среднем в 3 минуты – одно измерение). Первое измерение пульса – до начала урока, последнее – сразу после его окончания.

Результаты пробы записываются в протокол, который составляется по форме:

**Схема протокола
учета пульсовых данных на уроке физической культуры,
проводимым учителем _____**

(фамилия, имя, отчество)

Дата _____ Место проведения _____

Школа № _____

Класс _____

Количество учащихся по списку _____

Присутствовало на уроке _____

Задачи урока: 1. _____

2. _____

3. _____

Наблюдение велось за учеником _____

Части урока	Вид деятельности	Время измерения	Пульс	
			за 10 с	за 1 мин
1	2	3	4	5
Подготовительная часть	1. До начала урока	0		72
	2.			
	3.			
Основная часть				
Заключительная часть	16. После окончания урока	40' 10"		

Подпись проводившего пульсометрию _____

В первой графе обозначаются части урока. Во второй – характер деятельности наблюдаемого учащегося («ходьба на носках», «выполнение упражнений на перекладине», «ожидание очередного подхода» и т.д.). В третьей проставляется время взятия пробы пульса. В четвертой – количество ударов пульса за 10 с. Эта цифра умножается на 6, и результат записывается в пятую графу.

На основе полученных данных вычерчивается график изменения пульса в течении урока. По вертикальной оси откладываются показатели частоты сердечных сокращений, по горизонтальной – время измерения пульса; выделяются части урока и вычерчивается кривая ЧСС, по которой делается анализ интенсивности нагрузки с учетом различных факторов: сложности

учебных заданий, места проведения дозировки упражнений, количества занимающихся, возраста, пола, уровня физической подготовленности.

Затем дается письменный анализ нагрузки, выводы, оценка дозировки упражнений и общей нагрузки урока. В конце анализа излагают рекомендации проводящему урок. Протокол пульсометрии, график кривой пульса и анализ полученных данных представляют как единый документ.

Полностью оформленный документ подписывает выполняющий эту работу и представляет его для ознакомления студенту-практиканту, на уроке которого проводилась эта работа. Ознакомившись с документом, практикант может дополнить анализ или пояснить отдельные моменты и после этого подписать.

Прежде чем приступить к выполнению зачетного задания по определению нагрузки на уроке, необходимо провести 1-2 пробных измерений ЧСС, что позволит приобрести определенный опыт и исключить ошибки при выполнении задания.

Этот документ утверждает учитель физической культуры школы, оценивает методист.

Характер распределения физической нагрузки на организм занимающихся на уроке должен соответствовать тому контингенту, с которым он проводится.

Это значит, что, проводя урок физической культуры, преподаватель, учитель, тренер должен руководствоваться физиологически обоснованными и педагогически оправданными распределениями физической нагрузки на уроке в зависимости от того, с кем этот урок проводится.

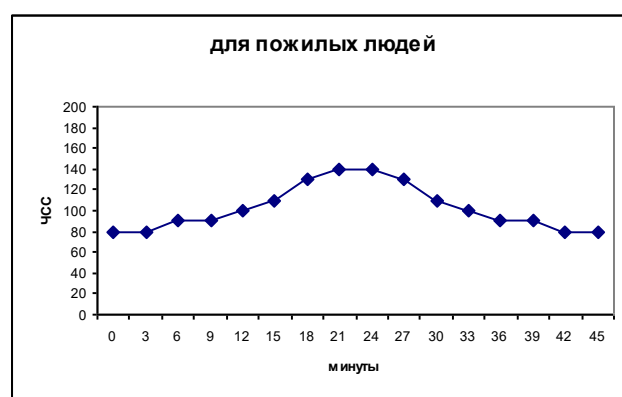
Так, при проведении урока с детьми (школьниками), организм которых очень чувствителен к быстрым возрастаниям нагрузки, учитель должен обеспечить постепенное ее возрастание от начала подготовительной до конца основной части урока, а затем постепенно снизить нагрузку до исходного уровня в течение заключительной части.

В занятиях в людьми пожилого возраста (в группах здоровья), организм которых в силу возрастных изменений тяжело реагирует как на быстрое возрастание нагрузки, так и на быстрое ее снижение, от преподавателя требуется умелое обеспечение постепенного, медленного возрастания нагрузки от начала урока до середины основной его части, а затем – медленного и плавного ее снижения до конца урока.

В учебно-тренировочных уроках с квалифицированными спортсменами применяется уже другое распределение нагрузки. В них достигается довольно высокий уровень нагрузки уже к концу подготовительной части урока (за счет интенсивной разминки); затем нагрузка несколько снижается (с целью создания оптимального состояния организма спортсмена перед предстоящей основной тренировочной работой); вторично увеличивается к концу основной части урока (за счет работы над развитием физических качеств); а затем быстро снижается в заключительной части урока. Получается так называемый седлообразный характер кривой распределения физической нагрузки на уроке.

Распределение физической нагрузки на уроках с военнослужащими характерно другим явлением: очень быстрым, даже стремительным ее нарастанием с самого начала урока, что связано с необходимостью создания приспособленности организма воинов к быстрому включению в самую интенсивную двигательную деятельность (например, выполнение боевого задания по тревоге) из состояния иногда самого глубокого покоя (сна). Затем нагрузка имеет значительные колебания на протяжении всей основной части урока, после чего быстро снижается в течение заключительной его части. Однако подготовка организма воинов к перенесению такого изменения нагрузок осуществляется постепенно.

Ориентировочные кривые



Образец протокола
учета пульсовых данных на уроке физической культуры по
баскетболу, проводимым преподавателем Ивановой А.И

Дата: _____ *Место проведения:* спортивный зал

Школа № _____

Класс: 7 «В»

Количество учащихся по списку: 23

Присутствовало на уроке: 19

Задачи урока:

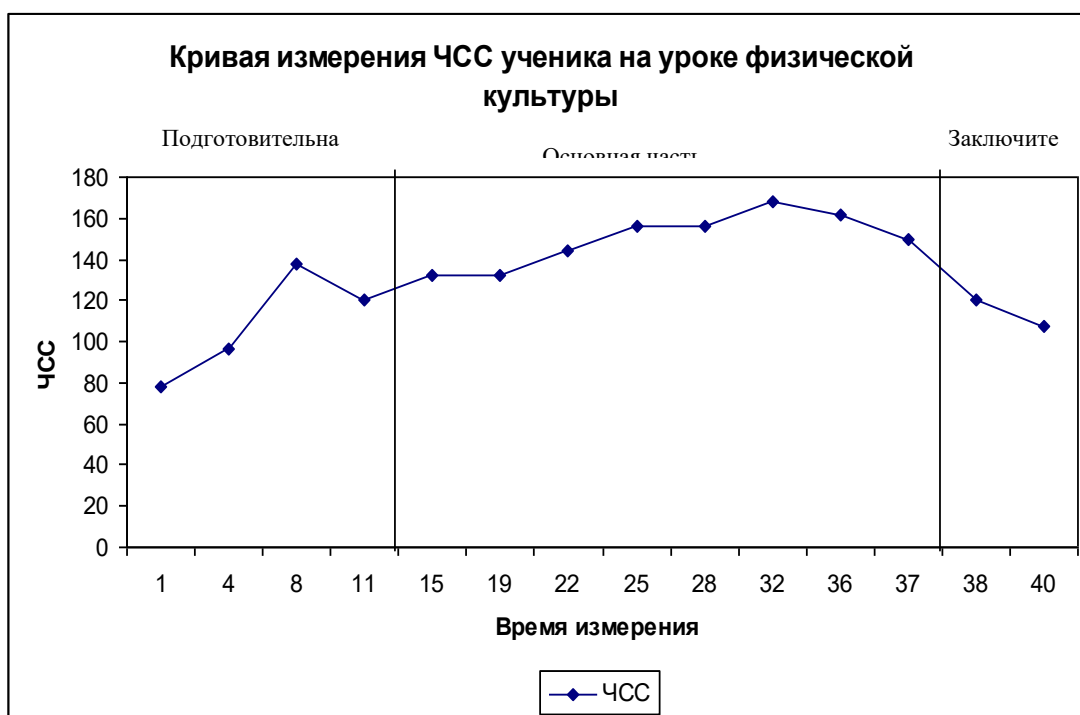
1. Совершенствовать технику передач мяча
2. Совершенствовать технику ведения мяча.
3. Совершенствовать технику штрафного броска.
4. Воспитывать скоростно-силовые и координационные способности посредством упражнений в ведении и передаче мяча, эстафет с элементами баскетбола.
5. Укреплять опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую и дыхательную системы.
6. Воспитывать морально-волевые качества, трудовые привычки

Наблюдение велось за Пономаревым Александром

Пульс в покое: 76 уд/мин

Части урока	Вид деятельности	Время измерения	Пульс	
			за 10 с	за 1 мин
1	2	3	4	5
Подготовительная часть	1. До начала урока	0'	12	72
	2. Построение	1'	13	78
	3. Ходьба	4'	16	96
	4. Бег	8'	23	138
	5. ОРУ	11'	20	120
Основная часть	6. Передача мяча отскоком от пола	15'	22	132
	7. Передача мяча одной рукой от плеча	19'	22	132
	8. Ведение мяча с обводкой	22'	24	144
	9. Ведение мяча с ускорением	25'	26	156
	10. Ведение мяча попеременно левой, правой	28'	26	156
	11. Эстафета с ведением мяча	32'	28	168

	12. Эстафета со штрафным броском	36'	27	162
Заключи-тельная часть	13. Построение	37'	25	150
	14. Подведение итогов урока	38'	20	120
	15. Организованный выход из зала	40'	17	107
	16. После окончания урока	40'10"	16	96



Выводы и оценка физической нагрузки по ЧСС

Подводя анализ проделанной работы, отмечаем, что интенсивность нагрузки, подбор учебного материала соответствует физическому состоянию детей данного возраста. Кривая распределения интенсивности нагрузки в уроке имеет традиционный вид – постепенное ее возрастание от начала подготовительной до конца основной части урока, а затем постепенное снижение нагрузки до исходного уровня в течение заключительной части.

На графике видно, как с начала урока идет постепенное увеличение нагрузки (до 138 уд/мин) за счет беговых упражнений. Так как проводились

общеразвивающие упражнения на месте без предметов, интенсивность нагрузки немного снизилась до 120 уд/мин. Далее, в основной части, идет постепенное повышение ЧСС за счет выполнения различных вариантов передач мяча на месте (до 132 уд/мин), ведения мяча с заданием (до 156 уд/мин). При выполнении эстафет, где большое значение играет эмоциональный фактор, интенсивность нагрузки достигает максимальных величин до 168 уд/мин.

В заключительной части урока идет равномерное плавное снижение ЧСС до 120 уд/мин за счет снижения нагрузки. К концу урока пульс ученика составлял 102 уд/мин. Учитывая темпы падения ЧСС, можно сделать вывод, что организм ученика пришел в исходное положение и готов к последующим урокам.

Схема характеристики студента-практиканта СГУС ИВАНОВА ИГОРЯ ИВАНОВИЧА

Иванов Игорь Иванович проходил учебную практику в средней общеобразовательной школе № ____ г. Смоленска в период ____ в качестве учителя физической культуры.

За время прохождения учебной практики Иванов И.И. зарекомендовал себя с положительной (или отрицательной) стороны:

- объем и качество выполненной педагогической работы практикантом в данной школе;
- уровень знаний, умений и навыков, которые проявил студент-практикант при осуществлении учебно-воспитательной работы со школьниками;
- личностные качества;
- способности к педагогической деятельности;
- дисциплинированность, ответственность и старательность студента-практиканта во время практики;
- организаторские навыки, умение составлять учебно-методическую документацию;
- взаимоотношения со студентами, учителями школы, учащимися;
- характеристика уровня профессионально-педагогической готовности студента-практиканта к самостоятельной работе по физической культуре в школе.

Рекомендуемая оценка за практику _____

Директор школы № _____ Петров А.И.
(подпись)

Учитель физической культуры _____ Новиков И.П.
(подпись)

Руководитель от образовательной организации _____ Сидоров А.М.

Дата выдачи характеристики

Печать школы

Общая оценка за практику _____