

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Центр карьеры, молодежной политики и студенческих инициатив

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. проректора по учебной работе
и молодежной политике
 А.В. Мазурина
«29» _____ 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ (ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ) ПРАКТИК

основной профессиональной образовательной программы

**по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-
оздоровительный туризм»**

Направленность (профиль программы): *спортивно-оздоровительный туризм*

Уровень образования: бакалавриат
Форма обучения заочная

Курс 3

Семестр 6

Итоговая форма контроля – дифференцированный зачет

Рабочую программу разработали:
Язынина Н.Л., к.п.н., доцент
Корешкова К.Е., преподаватель

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
1. Изучение практики направлено на формирование следующих компетенций	3
2. Место практики в структуре образовательной программы	8
3. Объем практики и виды учебной работы	8
4. Содержание практики	8
5. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по практике	10
6. Перечень основной и дополнительной литературы	30
7. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет»	30
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины	31
Приложение	32

ВВЕДЕНИЕ

Программа по учебной (педагогической) практике составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм», утверждённым Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 сентября 2017 г. № 943 (с изменениями и дополнениями, внесёнными Приказами Минобрнауки России от 26.11.2020 № 1456, от 08.02.2021 № 83, от 19.07.2022 № 662, от 27.02.2023 № 208).

В программе содержится комплекс вопросов по организации, руководству и прохождению производственной практики; излагается программа, порядок распределения заданий практик, отчетные документы и другие материалы, связанные с прохождением практики.

Целью учебной (педагогической) практики является обеспечение подготовленности студентов к ведению практической работы с детско-юношеским контингентом в новых условиях по утвержденной государственной программе или альтернативным программам, разработанными школами.

Задачи учебной (педагогической) практики:

- 1) изучение физических возможностей школьников разных возрастных групп;
- 2) адаптация студента-практиканта к психологическим особенностям школьников разных возрастных групп;
- 3) приобретение опыта организационной работы в школе;
- 4) формирование профессиональных умений осуществлять в условиях школы учебный процесс по физическому воспитанию;
- 5) формирование умений критически оценивать различные стороны учебно-воспитательного процесса;
- 6) изучение документов планирования физкультурно-оздоровительной и спортивно - массовой работы в общеобразовательной школе.

Вид практики: учебная.

Тип учебной практики: педагогическая.

Место проведения практики: практика проводится в муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждениях средних школах, располагающих достаточной материально-технической оснащённостью и высококвалифицированными (вторая, первая, высшая квалификационные категории) педагогическими кадрами.

Виды профессиональной деятельности	Типы задач профессиональной деятельности
Направленность «Физкультурное образование»	
- инструктор-методист; - руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта; - педагог дополнительного образования детей и взрослых; - педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, Начального общего, Основного общего, Среднего общего образования), (Воспитатель, Учитель)	педагогические
	рекреационно-тренировочные
	организационно-методические
	организационно-управленческие
	научно-исследовательские

1. ИЗУЧЕНИЕ ПРАКТИКИ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

- общепрофессиональные: УК-1; УК-2; УК-3, УК-4; УК-5, УК-6; УК-7; УК-8
- профессиональные: ПК-1

	Соотнесенные профессиональные стандарты	Формируемые компетенции
Знания: Преподаваемый предмет в пределах требований федеральных государственных образовательных стандартов и основной общеобразовательной программы, его истории и места в мировой культуре и науке	A/01.6	ПК-1
Основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития, социализация личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики	A/01.6	УК-1
Основы методики преподавания, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий	A/01.6	УК-3, ПК-1
Рабочая программа и методика обучения по данному предмету	A/01.6	ПК-1
Приоритетные направления развития образовательной системы Российской Федерации, законов и иных нормативных правовых актов, регламентирующих образовательную деятельность в Российской Федерации, нормативных документов по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи, федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования, законодательства о правах ребенка, трудового законодательства	A/01.6	ПК-1
Основы психодидактики, поликультурного образования, закономерностей поведения в социальных сетях	A/02.6	УК-4, УК-5
Педагогические закономерности организации образовательного процесса	A/03.6	ПК-1
Теория и технологии учета возрастных особенностей обучающихся	A/03.6	ПК-1
Основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимых для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач (педагогика, психология, возрастная физиология; школьная гигиена; методика преподавания предмета)	B/03.6	УК-3, УК-6, УК-7, ПК-1
Программы и учебники по преподаваемому предмету	B/03.6	ПК-1
Теория и методы управления образовательными системами, методика учебной и воспитательной	B/03.6	ПК-1

работы, требования к оснащению и оборудованию учебных кабинетов и подсобных помещений к ним, средства обучения и их дидактические возможности		
Современные педагогические технологии реализации компетентного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся	В/03.6	ОПК-2, ОПК-3, ОПК-4
Правила внутреннего распорядка	В/03.6	УК-8
Правила по охране труда и требования к безопасности образовательной среды	В/03.6	УК-8
Умения: Объективно оценивать знания обучающихся на основе тестирования и других методов контроля в соответствии с реальными учебными возможностями детей	А/01.6	УК-7
Использовать и апробировать специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании: обучающихся, проявивших выдающиеся способности; обучающихся, для которых русский язык не является родным; обучающихся с ограниченными возможностями здоровья	А/01.6	УК-1, ПК-1, ПК-2, ПК-3
Строить воспитательную деятельность с учетом культурных различий детей, половозрастных и индивидуальных особенностей	А/02.6	УК-5
Общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их	А/02.6	УК-4
Управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно-познавательную деятельность	А/02.6	УК-3, ПК-1,
Защищать достоинство и интересы обучающихся, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях	А/02.6	УК-8
Сотрудничать с другими педагогическими работниками и другими специалистами в решении воспитательных задач	А/02.6	УК-6
Владеть профессиональной установкой на оказание помощи любому ребенку вне зависимости от его реальных учебных возможностей, особенностей в поведении, состояния психического и физического здоровья	А/03.6	УК-8
Разрабатывать и реализовывать индивидуальные образовательные маршруты, индивидуальные программы развития и индивидуально-ориентированные образовательные программы с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся	А/03.6	УК-1, УК-2
Оценивать образовательные результаты: формируемые в преподаваемом предмете предметные и метапредметные компетенции, а также осуществлять (совместно с психологом) мониторинг личностных характеристик	А/03.6	ПК-1

Ставить различные виды учебных задач (учебно-познавательных, учебно-практических, учебно-игровых) и организовывать их решение (в индивидуальной или групповой форме) в соответствии с уровнем познавательного и личностного развития детей младшего возраста, сохраняя при этом баланс предметной и метапредметной составляющей их содержания	В/02.6	ПК-1
Осуществлять контрольно-оценочную деятельность в образовательном процессе	В/03.6	УК-7
Применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы	В/03.6	УК-6, ПК-1,
Проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий и методик обучения	В/03.6	ПК-1
Планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой	В/03.6	УК-2, ПК-1,
Использовать современные способы оценивания в условиях информационно-коммуникационных технологий (ведение электронных форм документации, в том числе электронного журнала и дневников обучающихся)	В/03.6	УК-4
<i>Навыки и/или опыт деятельности:</i>		
Систематический анализ эффективности учебных занятий и подходов к обучению	А/01.6	УК-1 ПК-1
Организация, осуществление контроля и оценки учебных достижений, текущих и итоговых результатов освоения основной образовательной программы обучающимися	А/01.6	УК-7, ПК-1
Осуществление профессиональной деятельности в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования	А/01.6	УК-8, ПК-1
Планирование и проведение учебных занятий	А/01.6	УК-2
Реализация современных, в том числе интерактивных, форм и методов воспитательной работы, используя их как на занятии, так и во внеурочной деятельности	А/02.6	ПК-1
Постановка воспитательных целей, способствующих развитию обучающихся, независимо от их способностей и характера	А/02.6	УК-3
Определение и принятие четких правил поведения обучающимися в соответствии с уставом образовательной организации и правилами внутреннего распорядка образовательной организации	А/02.6	УК-3

Проектирование ситуаций и событий, развивающих эмоционально-ценностную сферу ребенка (культуру переживаний и ценностные ориентации ребенка)	A/02.6	УК-5
Формирование толерантности и навыков поведения в изменяющейся поликультурной среде	A/02.6	УК-5
Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни	A/03.6	УК-6
Проектирование образовательного процесса на основе федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования с учетом особенностей социальной ситуации развития первоклассника в связи с переходом ведущей деятельности от игровой к учебной	B/02.6	ПК-1
Формирование метапредметных компетенций, умения учиться и универсальных учебных действий до уровня, необходимого для освоения образовательных программ основного общего образования	B/02.6	ПК-1
Организация олимпиад, конференций, турниров математических и лингвистических игр в школе и др.	B/03.6	УК-4

2. МЕСТО ПРАКТИКИ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Учебная (педагогическая) практика (Б2.В.01.01 (У)) относится к Блоку 2 «Практики» части формируемой участниками образовательных отношений образовательной программы.

В соответствии с учебным планом практика проходит на 3 курсе заочной формы обучения.

Итоговая форма контроля: дифференцированный зачет.

Для успешного прохождения практики необходимы входные знания, умения и навыки студента, полученные по следующим дисциплинам: педагогика, психология, теория и методика физической культуры, анатомия, физиология человека, безопасность жизнедеятельности, биомеханика, история физической культуры, теория и методика обучения базовым видам спорта.

3. ОБЪЕМ ПРАКТИКИ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Общая трудоемкость учебной практики составляет 12 зачетных единиц, что соответствует 432 часам. Продолжительность учебной практики – 8 недель.

Вид учебной работы		Всего часов	семестры
			6
Выполнение индивидуальных заданий		432	432
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)		зачет	зачет
Общая трудоемкость	часы	432	432
	зачетные единицы	12	12

4. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ

Виды учебной работы, на практике включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)	Трудоем- кость в часах	Формы текущего контроля
Организационно-ознакомительный раздел		
Участие во вводной организационно-методической конференции по учебной практике.	2	Оценка сформированности общего представления о предстоящей деятельности.
Беседа с директором (завучем) школы об истории школы, ее традициях, образовательных и воспитательных функциях.	6	
Беседа с учителем физической культуры о постановке работы по физическому воспитанию учащихся в школе.	8	Оценка сформированности представления о содержании документов планирования учебного процесса СОШ.
Ознакомление с документацией планирования и учета учебной и внеклассной работы (комплексной программой, годовым планом-графиком учебного процесса, календарно-тематическим планом-графиком на четверть, планом внеклассной работы по физической культуре и спорту, планом по воспитательной работе).	20	
Знакомство с прикрепленным классом, установление контактов с классным руководителем и активом класса.	20	Оценка и предоставление уголка практиканта на защиту практики
Оформление уголка практиканта.	16	
Участие в собраниях бригады.	16	
Учебно-методический раздел		
Составление индивидуального плана работы практиканта.	6	Анализ и оценка набора знаний и умений у студента-практиканта для решения профессиональных задач. Предоставление и оценка необходимой отчетной документации.
Просмотр и анализ уроков, проводимых учителем физической культуры.	10	
Проведение урока по физической культуре в качестве помощника учителя физической культуры.	16	
Составление календарно-тематического плана-графика по физической культуре одного класса на четверть.	8	
Составление конспектов урока по физической культуре для прикрепленных классов (младших, средних, старших).	10	
Проведение уроков физической культуры в качестве учителя физической культуры.	74	
Проведение уроков физкультуры в качестве помощника у студента-практиканта.	14	
Составление педагогического анализа урока, проводимого студентом – практикантом.	10	
Проведение и составление хронометрирования (определение общей и двигательной плотности) урока физической культуры, проводимого студентом-практикантом.	10	
Проведение и составление пульсометрии на уроке физической культуры, проводимого студентом-практикантом.	10	
Составление рабочего плана секций по виду спорта.	8	
Ведение журнала учета работы секции.	14	
Составление конспектов и проведение секционных занятий.	28	
Проведение контрольного урока по физической культуре.	14	
3. Воспитательный раздел		

Составление плана воспитательной работы.	6	Своевременное предоставление отчетной документации. Оценка организаторских способностей.
Посещение общеобразовательных уроков в прикрепленных классах с учащимися.	12	
Проведение воспитательных работ в прикрепленных классах с учащимися.	18	
Организация и проведение спортивных вечеров и вечеров отдыха.	6	
Проведение экскурсий и турпоходов.	6	
4. Внеклассные мероприятия по физической культуре		
Составление плана внеклассной работы по физической культуре на период учебной практики.	4	Своевременное предоставление отчетной документации Анализ и оценка набора знаний и умений у студента-практиканта для решения профессиональных задач
Проведение секционных занятий	36	
Проведение внутришкольных соревнований по видам спорта.	12	
Проведение бесед на спортивную тему (не менее 2).	6	
5. Хозяйственная работа		
Ремонт спортивного инвентаря, оборудования, спортивного зала, спортивной площадки.	4	
Участие в субботниках, проводимых школой.	4	
ИТОГО	432	

ФОРМЫ ОТЧЕТНОСТИ ПО ПРАКТИКЕ

Студенту-практиканту необходимо разработать и представить методисту в указанные им сроки следующие виды документации (приложение):

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.

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

5.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе прохождения практики

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
УК-1 Способен осуществлять поиск,	ПС 01.001 «Педагог (Педагогическая	Знает:

критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования), (Воспитатель, Учитель)» А/01.6 Общепедагогическая функция. Обучение А/03.6 Развивающая деятельность	Основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития, социализация личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики Умеет: Использовать и апробировать специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании: обучающихся, проявивших выдающиеся способности; обучающихся, для которых русский язык не является родным; обучающихся с ограниченными возможностями здоровья Разрабатывать и реализовывать индивидуальные образовательные маршруты, индивидуальные программы развития и индивидуально-ориентированные образовательные программы с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся Имеет опыт: Систематический анализ эффективности учебных занятий и подходов к обучению
УК-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	ПС 01.001 «Педагог (Педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования), (Воспитатель, Учитель)» А/01.6 Общепедагогическая функция. Обучение А/03.6 Развивающая деятельность В/03.6 Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования	Знает: Основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимых для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач (педагогика, психология, возрастная физиология; школьная гигиена; методика преподавания предмета) Умеет: Разрабатывать и реализовывать индивидуальные образовательные маршруты, индивидуальные программы развития и индивидуально-ориентированные образовательные программы с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся Планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой Имеет опыт: Планирование и проведение учебных занятий

УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	ПС 01.001 «Педагог (Педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования), (Воспитатель, Учитель)» А/01.6 Общепедагогическая функция. Обучение А/02.6 Воспитательная деятельность	Знает: Основы методики преподавания, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий Умеет: Управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно-познавательную деятельность Имеет опыт: Постановка воспитательных целей, способствующих развитию обучающихся, независимо от их способностей и характера Определение и принятие четких правил поведения обучающимися в соответствии с уставом образовательной организации и правилами внутреннего распорядка образовательной организации
УК-4. Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)	ПС 01.001 «Педагог (Педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования), (Воспитатель, Учитель)» А/02.6 Воспитательная деятельность В/03.6 Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования	Знает: Основы психодидактики, поликультурного образования, закономерностей поведения в социальных сетях Умеет: Общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их Использовать современные способы оценивания в условиях информационно-коммуникационных технологий (ведение электронных форм документации, в том числе электронного журнала и дневников обучающихся) Имеет опыт: Организация олимпиад, конференций, турниров математических и лингвистических игр в школе и др.
УК-5. Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	ПС 01.001 «Педагог (Педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования), (Воспитатель, Учитель)» А/02.6 Воспитательная деятельность	Знает: Основы психодидактики, поликультурного образования, закономерностей поведения в социальных сетях Умеет: Строить воспитательную деятельность с учетом культурных различий детей, половозрастных и индивидуальных особенностей Имеет опыт: Проектирование ситуаций и событий, развивающих эмоционально-

		ценностную сферу ребенка (культуру переживаний и ценностные ориентации ребенка) Формирование толерантности и навыков поведения в изменяющейся поликультурной среде
УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	ПС 01.001 «Педагог (Педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования), (Воспитатель, Учитель)» А/02.6 Воспитательная деятельность А/03.6 Развивающая деятельность В/03.6 Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования	Знает: Основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимых для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач (педагогика, психология, возрастная физиология; школьная гигиена; методика преподавания предмета) Умеет: Сотрудничать с другими педагогическими работниками и другими специалистами в решении воспитательных задач Применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы Имеет опыт: Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ПС 01.001 «Педагог (Педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования), (Воспитатель, Учитель)» А/01.6 Общепедагогическая функция. Обучение В/03.6 Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования	Знает: Основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимых для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач (педагогика, психология, возрастная физиология; школьная гигиена; методика преподавания предмета) Умеет: Объективно оценивать знания обучающихся на основе тестирования и других методов контроля в соответствии с реальными учебными возможностями детей Осуществлять контрольно-оценочную деятельность в образовательном процессе Имеет опыт: Организация, осуществление контроля и оценки учебных достижений, текущих и

		итоговых результатов освоения основной образовательной программы обучающимися
УК-8. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций	ПС 01.001 «Педагог (Педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования), (Воспитатель, Учитель)» В/03.6 Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования	Знает: Правила внутреннего распорядка Правила по охране труда и требования к безопасности образовательной среды Умеет: Защищать достоинство и интересы обучающихся, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях Владеть профессиональной установкой на оказание помощи любому ребенку вне зависимости от его реальных учебных возможностей, особенностей в поведении, состояния психического и физического здоровья Имеет опыт: Осуществление профессиональной деятельности в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования
ПК-1 - Способен реализовывать образовательный процесс в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования; по дополнительным общеобразовательным программам, программам профессионального обучения, дополнительным профессиональным программам	ПС 01.001 «Педагог (Педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования), (Воспитатель, Учитель)» А/01.6 Общепедагогическая функция. Обучение А/02.6 Воспитательная деятельность А/03.6 Развивающая деятельность В/02.6 Педагогическая деятельность по реализации программ начального общего образования В/03.6 Педагогическая деятельность по реализации программ	Знает: Преподаваемый предмет в пределах требований федеральных государственных образовательных стандартов и основной общеобразовательной программы, его истории и места в мировой культуре и науке Основы методики преподавания, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий Рабочая программа и методика обучения по данному предмету Приоритетные направления развития образовательной системы Российской Федерации, законов и иных нормативных правовых актов, регламентирующих образовательную деятельность в Российской Федерации, нормативных документов по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи, федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования, законодательства о

	основного и среднего общего образования	правах ребенка, трудового законодательства Педагогические закономерности организации образовательного процесса Теория и технологии учета возрастных особенностей обучающихся Основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимых для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач (педагогика, психология, возрастная физиология; школьная гигиена; методика преподавания предмета) Программы и учебники по преподаваемому предмету Теория и методы управления образовательными системами, методика учебной и воспитательной работы, требования к оснащению и оборудованию учебных кабинетов и подсобных помещений к ним, средства обучения и их дидактические возможности Умеет: Использовать и апробировать специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании: обучающихся, проявивших выдающиеся способности; обучающихся, для которых русский язык не является родным; обучающихся с ограниченными возможностями здоровья Управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно-познавательную деятельность Оценивать образовательные результаты: формируемые в преподаваемом предмете предметные и метапредметные компетенции, а также осуществлять (совместно с психологом) мониторинг личностных характеристик Ставить различные виды учебных задач (учебно-познавательных, учебно-практических, учебно-игровых) и организовывать их решение (в индивидуальной или групповой форме) в соответствии с уровнем познавательного и личностного развития детей младшего возраста, сохраняя при этом баланс
--	--	---

		предметной и метапредметной составляющей их содержания Применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы Проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий и методик обучения Планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой Имеет опыт: Систематический анализ эффективности учебных занятий и подходов к обучению Организация, осуществление контроля и оценки учебных достижений, текущих и итоговых результатов освоения основной образовательной программы обучающимися Осуществление профессиональной деятельности в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования Реализация современных, в том числе интерактивных, форм и методов воспитательной работы, используя их как на занятии, так и во внеурочной деятельности Проектирование образовательного процесса на основе федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования с учетом особенностей социальной ситуации развития первоклассника в связи с переходом ведущей деятельности от игровой к учебной Формирование метапредметных компетенций, умения учиться и универсальных учебных действий до уровня, необходимого для освоения образовательных программ основного общего образования
--	--	---

Типовые контрольные задания или иные материалы

Установочные и ознакомительные мероприятия

Вводная организационно-методическая конференция по практике

В своих выступлениях декан факультета, руководитель практик, факультетский руководитель, методисты бригад, учителя физической культуры общеобразовательных школ освещают следующие вопросы: задачи практики и ее значение, объем учебных заданий и методику их выполнения, организацию и сроки прохождения учебной практики, оценку результатов практики, порядок заполнения отчетной документации, составы бригад.

В отчете о конференции (в дневнике практики) студент проставляет дату ее проведения и кратко излагает основное содержание всех выступлений. В заключении он записывает выводы, которые сделал для себя из этих выступлений.

После завершения установочной конференции студенты, распределенные по бригадам, вместе с методистом отправляются в общеобразовательные школы, где будут проходить учебную практику.

В общеобразовательной школе со студентами-практикантами проводят беседы директор, учитель физической культуры, классные руководители, врач.

В дневнике практики студент должен отразить основные моменты бесед с вышеперечисленными людьми.

Запись ознакомительных бесед

При оформлении ознакомительных бесед указывается фамилия, имя и отчество проводящего, а также дата и время проведения. Затем излагается содержание беседы.

Беседа с директором школы (завучем)

Как правило, в начале беседы директор рассказывает о школе, об особенностях организации учебной деятельности, контингенте учащихся; излагаются сведения о приеме учащихся в данную школу, комплектовании классов, планировании учебно-воспитательной работы в школе, принципах составления расписания уроков, режиме дня учащихся, обеспечении порядка.

Так же директор характеризует педагогический коллектив (образование учителей, стаж, возраст), рассказывает о работе педагогического совета школы и обсуждении на нем вопросов физического воспитания учащихся, о создании необходимых условий для проведения физкультурно-массовой и оздоровительной работы с учащимися.

Беседа с учителями физической культуры

Проводит беседу старший учитель физкультуры, который рассказывает о том, как выполняется учебная программа по физической культуре учащимися данной школы.

При этом освещаются следующие основные моменты: организация уроков и дополнительных занятий; учебный материал и распределение его по четвертям; педагогический контроль уровня физической подготовленности детей; распределение учащихся на медицинские группы; успеваемость по предмету физическая культура.

Учитель знакомит студентов-практикантов с основными документами планирования учебной работы по предмету (программа, годовой план-график, календарно-тематическое планирование и др.), со спецификой работы учителей физической культуры, с организацией и проведением в школе физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня, спортивных соревнований, праздников, рассказывает о спортивных секциях и группах ЛФК.

Беседа с врачом школы

Врач рассказывает о ежегодных врачебных обследованиях учащихся, распределении их в медицинские группы, результатах последнего осмотра, а так же о занятиях физической культурой в школе с детьми, имеющих отклонение в состоянии здоровья и о направлении учащихся в кабинеты ЛФК городских физкультурных диспансеров; о переводе детей из одной

медицинской группы в другую; о занятиях со школьниками, перенесшими заболевания; о соблюдении и соответствии нагрузок половым и индивидуальным особенностям детей.

Рассказывает о контроле за санитарным состоянием мест занятий физической культурой и одеждой учащихся, о санитарно-просветительной работе в школе.

Беседа с классным руководителем

Беседа проводится индивидуально со студентом, который прикреплен к данному классу, излагается содержание воспитательной работы классного руководителя, планирование и ее учет.

Затем дается учебная характеристика класса: контингент, успеваемость, дисциплина, состояние здоровья учащихся, занятия в кружках и секциях, актив класса; рассказывается о работе с неуспевающими и имеющими отклонение в состоянии здоровья учащимися; о проведении классного часа, соблюдении режима дня в классе, осуществлении физкультурно-массовая работы.

Ознакомление с материальной базой школы

Ознакомившись с материальной базой школы, студент в своем отчете приводит перечень всех спортивных сооружений, имеющихся в школе (залы, открытые площадки, бассейн) с указанием их исходных данных: для залов - длины, ширины, высоты (например: 18×8×5.5); для открытых спортивных площадок – наименование (легкоатлетическая, комбинированная, для спортивных игр и т.д.); общая площадь в метрах (например: 600 м), состав и размеры входящих в нее отдельных сооружений (например: универсальная яма для прыжков в длину 32×5, беговая дорожка 110×7.5 м и т.п.).

Перечисляются основное оборудование, инвентарь и наглядные пособия, которые имеются в наличии.

В заключении дается вывод о том, насколько материальное оснащение учебного процесса по физической культуре педагогически обосновано и обеспечивает эффективное прохождение государственной программы, а также выполнение других видов работы по физическому воспитанию.

Характеристика состояния рабочей документации студента по физической культуре в школе

В школе должны быть следующие документы по учебной и внеклассной работе:

- рабочая программа по физической культуре;
- годовой план школы по физическому воспитанию учащихся;
- годовой план-график прохождения учебного материала;
- календарно-тематический план-график учебной работы на четверть;
- план организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы (может входить самостоятельным разделом в годовой план или быть в качестве отдельного документа);
- журнал учета работы спортивных секций, групп ОФП;
- документация работы методического объединения учителей физической культуры и ОБЖ.

Студент должен ознакомиться со всей имеющейся документацией; зафиксировать в дневнике практики, какие документы планирования есть в наличии и высказать свое мнение о том, насколько широко планирование и учет охватывают всю систему работы по физическому воспитанию в школе.

Студент должен дать анализ годового плана-графика прохождения учебного материала и календарно-тематического плана-графика на четверть, сравнивая их с аналогичными документами, предлагаемыми кафедрой теории и методики физической культуры и спорта и сделать заключение о том, насколько наглядно и педагогически обосновано показан процесс прохождения учебного материала по физической культуре.

Распределение студентов-практикантов по классам для осуществления учебно-воспитательной работы

Распределение по классам проводится на организационном собрании студентов-практикантов, методиста и учителей физической культуры общеобразовательной школы. При распределении по классам учитывается необходимость практической работы со школьниками различных возрастных групп, поэтому за каждым студентом-практикантом закрепляются три класса: младшего, среднего и старшего школьного возраста.

В закрепленных классах в качестве учителя физической культуры студент осуществляет учебно-воспитательный процесс.

Другим видом практической деятельности студента-практиканта является его работа в качестве помощника на подгруппе.

Если студент, по ряду причин, не проводит учебно-тренировочные занятия в спортивной секции, ему добавляется ещё один класс из любой возрастной группы.

Результаты распределения студентов по классам и спортивным секциям вносятся в «Уголок практиканта» в расписание учебных и не учебных занятий по физической культуре.

Посещение общеобразовательных уроков

С целью ознакомления с учащимися классов студент-практикант должен посещать общеобразовательные уроки.

Запись наблюдений за классом ведется последовательно по ходу урока. Студент отмечает насколько организовано начало урока, как учитель формулирует тему урока, объясняет задания, какими методами пользуется (рассказ, объяснение, показ, демонстрация).

Особое внимание необходимо обратить на реализацию принципов доступности и наглядности (это очень важно при работе с детьми младшего школьного возраста).

Отметив организацию урока, необходимо записать основную часть - непосредственное выполнение конкретных заданий учителя учащимися и роль самого учителя в процессе решения этих задач (помощь, разъяснение и т.д.). Необходимо указать, как сочеталось на уроке обучение и воспитание.

Наблюдая уроки труда, следует отметить приемы приучения к трудолюбию (поощрение, принуждение к выполнению, оценка выполнения заданий).

Итог урока – количество и оценка выполнения заданий. По количеству учащихся, полностью закончивших задание, и оценке их качества учителем можно судить о степени эффективности урока, методике урока и мастерстве учителя.

После урока в беседе с учителем, уточняются вопросы по содержанию, методике работы со школьниками, а также - характеристика отдельных учеников.

Просмотр уроков по физической культуре

Просмотр уроков по физической культуре как вид учебно-методической работы решает задачи ознакомления с особенностями практической деятельности учителя на уроке. Наблюдения на уроке могут проводиться, как по заданию методиста бригады, так и самостоятельно.

При просмотре урока студент-практикант должен обратить внимание на следующие аспекты деятельности учителя:

- организацию урока: начало, сообщение задач урока, подготовка инвентаря, построение и перестроение учащихся, сочетание индивидуальной и групповой работы, окончание урока;
- обучение и воспитание: показ, объяснение упражнений, методические указания при выполнении заданий, выбор места учителем в различных частях урока, методика исправления ошибок, проверка и оценка знаний учащихся, воспитательные воздействия на учащихся, подведение итогов урока;
- межличностные отношения учащихся к уроку в целом и к учителю: методы поддержания дисциплины учителем, стиль руководства и стили общения учителя с учащимися, отношения между учащимися (соперничество, взаимопомощь, конфликты).

Просмотр уроков по физической культуре помогает решать задачи ознакомления студента-практиканта с учащимися прикрепленного класса.

По окончании урока методистом и учителем физической культуры проводится подробный анализ просмотренного урока, где отмечается качество решения задач урока, целесообразность применения использованных средств и методов, особенности организации учащихся и т.д. Рекомендуются выслушать мнение студентов о качестве проведения урока.

Проведение урока по физической культуре в качестве помощника учителя

Проведение урока в качестве помощника учителя физической культуры предусматривает выполнение практической работы по проведению отдельных фрагментов урока, чаще подготовительной или заключительной частей урока, или фрагмента основной части, предполагающего решение одной из задач урока. Возможно также выполнение работы в качестве 2-го преподавателя на подгруппе.

За день до проведения запланированного урока учитель должен сообщить студенту тему занятия и ознакомить его с содержанием и методикой проведения данного урока. В зависимости от условий и подготовленности студента учитель физической культуры может предложить и самостоятельную разработку организации и проведения фрагмента урока. Результаты выполнения этого вида работы фиксируются в дневнике практики.

Проведение урока по физической культуре в качестве учителя

Успех проведения урока по физической культуре предопределяется в процессе подготовки к нему - при разработке конспекта. Однако, не следует забывать и о том, что конкретная ситуация не всегда может быть предусмотрена, а это в свою очередь требует перестройки уже в процессе урока.

Студент-практикант должен знать особенности проведения урока по физической культуре.

Необходимо отметить, что подготовительная часть, как правило, должна решать следующие задачи:

- организовать учащихся и психологически настроить их на выполнение поставленных задач,
- эмоционально настроить их на продуктивную работу;
- подготовить учащихся к овладению упражнениями определенного характера и сложности;
- функционально подготовить организм учащихся для выполнения упражнений различной интенсивности и объема.

Из сказанного видно, что подготовительная часть решает задачи, связанные с обеспечением наилучших условий реализации главных задач урока, однако одновременно с этим она может иметь и относительно самостоятельное образовательное значение.

Урок должен начинаться общим построением класса и рапортом о готовности к началу урока. Уже при первом ознакомлении с классом надо иметь в виду, что построение и рапорт имеют определенное воспитательное значение, особенно в плане дисциплины и внимания. На первых уроках, с целью ознакомления с классом, после рапорта можно сделать переключку и далее приступить к непосредственному решению задач урока. Проверка домашних заданий также может проводиться в начале урока.

Обычно, средствами подготовительной части урока являются построения, различные виды ходьбы и бега, преодоление препятствий, упражнения на внимание, а также самые разнообразные комплексы общеразвивающих упражнений. Для выполнения этих упражнений используются самые разнообразные формы построений учащихся: в разомкнутом и сомкнутом строю, кругу и т.д. Включением игр и игровых заданий с использованием целенаправленных движений можно решать задачи закрепления пройденного материала или развития физических качеств.

При выполнении общеразвивающих упражнений студент-практикант может пользоваться подсчетом, хлопками, самостоятельным подсчетом учащимися; проводить ОРУ под музыку, по заданию на результат.

При любом способе управления учитель должен иметь возможность делать замечания, исправлять ошибки, подбадривать учеников. Общая продолжительность подготовительной части 8-10 минут.

Основная часть урока призвана решить следующие задачи:

- приобретение учащимися знаний, умений, навыков в выполнении физических упражнений, предусмотренных конспектом данного урока;
- обучение учащихся самостоятельно заниматься физическими упражнениями;
- развитие физических качеств, интеллекта, психических способностей;
- содействие моральному, эстетическому воспитанию, укреплению воли и здоровья.

В основной части урока учитель должен обеспечить достаточно высокий уровень физической нагрузки, путем варьирования ее интенсивности. Для этого следует максимально использовать все имеющиеся условия материальной базы.

Проводя уроки на свежем воздухе необходимо помнить, что в холодную погоду следует избегать длительных объяснений, ограничиваясь краткими указаниями и командами, насыщать урок интенсивными упражнениями.

В жаркую погоду нужно опасаться перегрева, для чего место занятия выбирать, по возможности, в тени, внимательно наблюдая за состоянием учеников, чередуя упражнения повышенной интенсивности с малоинтенсивными.

Желательно, чтобы расстановка и уборка инвентаря осуществлялась по ходу урока, без выделения на это специального времени. Убирать следует только те снаряды, которые мешают дальнейшему ходу урока. Целесообразно у мест занятий, на специальных стендах, выставлять учебные карточки и другой наглядный материал, регулирующий деятельность учащихся.

Значительное место в ходе урока должно занимать формирование у учащихся теоретических знаний. Основываясь на теоретических сведениях, полученных на уроках интеллектуально развивающего типа, необходимо находить возможность в ходе каждого урока пополнять и углублять знания учащихся, применительно к специфике изучаемого материала.

Большой эффективности можно добиться, если при сообщении теоретических сведений использовать межпредметные связи. Важнейшим условием усвоения теоретических знаний является предоставление ученику возможности прочувствовать необходимость этих знаний.

Обязательным условием эффективности основной части урока является обеспечение оптимального эмоционального состояния учащихся. Как показывают исследования, положительные эмоции содействуют обучению двигательным действиям, развитию физических качеств, формированию устойчивых мотиваций к занятиям физической культурой.

Непременное условие результативности урока - наблюдение за правильностью выполнения заданий, упражнений и их оценка. Не опасаясь снижения моторной плотности, необходимо исправлять допускаемые ошибки и вносить необходимые коррективы даже в ход всего урока, так как плотность не является самоцелью, а лишь является одним из условий успешного решения поставленных задач.

Заключительная часть урока используется для постепенного снижения уровня физического и эмоционального возбуждения. Но этим задачи заключительной части не исчерпываются. Главной задачей заключительной части является подведение итогов, которое немыслимо без оценки деятельности учеников со стороны учителя и самооценки учеников.

Результаты проведения урока студентом-практикантом оцениваются учителем физической культуры и вместе с замечаниями по уроку и оценкой фиксируются в конспекте урока.

Проведение урока в качестве помощника на подгруппе

Проведение уроков физической культуры двумя студентами является обязательным требованием программы. Методические особенности выполнения данного вида работы такие же, как и проведение урока в качестве помощника учителя физической культуры, с той лишь разницей, что в данном случае работа ведется с небольшой группой, в которой решаются задачи основной части урока.

Работа в качестве помощника на подгруппе проводится по конспекту основного проводящего. Не менее чем за день основной проводящий должен ознакомить помощника с задачами и конспектом будущего урока. Результатом выполнения данной работы является запись в дневнике практики.

Проведение контрольного урока по физической культуре

Проведение контрольного урока по физической культуре осуществляется по той же схеме, что и проведение обычного урока. Отличие заключается в том, что при проведении контрольного урока результаты оцениваются методистом, учителями физической культуры, факультетским руководителем.

При проведении контрольного урока обязательно присутствие всех студентов-практикантов данной бригады.

Оценки за контрольные уроки выставляются не только в конспект, но и в ведомость успеваемости.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания

Критерии оценки работы студентов-практикантов

Результаты учебной практики в школе оцениваются методистами бригад совместно с учителями физической культуры по следующим показателям, за каждый из которых выставляется дифференцированная оценка:

1. Отношение студента к практике. При этом учитывается его ответственность, добросовестность, исполнительность, рабочая дисциплина, творчество, инициативность, качество подготовленности к урокам, выполнение текущих распоряжений методиста, учителя, бригадира, отношение к учащимся и т.д.

По своей значимости этот критерий существенно определяет вообще весь ход и эффект учебной практики.

2. Выполнение всего комплекса программных заданий, отраженных в индивидуальном плане студента, и их качество (участие в организации и проведении внеклассной физкультурно-оздоровительной работы, включая физкультурные мероприятия в режиме учебного дня)

3. Степень овладения студентами профессионально-педагогическими навыками и умениями, оценка за контрольный урок. При этом желательно учитывать уровень, на который стабильно вышел студент при ведении уроков с разными классами.

4. Качество составления отчетной документации (профессиональная грамотность, степень теоретической и методической подготовки, своевременность и самостоятельность в разработке отчетной документации).

5. Уровень воспитательной работы (по характеристике и оценке классного руководителя).

Все эти четыре определяющих критерия официально признаются равноценными, т. е. если по любому из них студент оценивается неудовлетворительно, то общая положительная оценка за практику невозможна.

Методические подходы к выставлению итоговой дифференцированной оценки по учебной практике соответствуют общепринятым в высшей школе критериям и заключаются в следующем:

- оценка **«отлично»** выставляется студенту, который на высоком уровне выполнил в полном объеме все задания по программе практики; проявил при этом умения,

опираясь на теоретические знания изученных в институте дисциплин; правильно определял и эффективно решал задачи учебно-воспитательной, физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы; проявил самостоятельность, творческий, исследовательский подход и выполнил некоторые виды дополнительных работ;

- оценка **«хорошо»** ставится студенту, который выполнил в основном программу учебной практики; проявил умения, опираясь на теоретические знания изученных дисциплин в институте; определял основные задачи по организации учебно-воспитательной, физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы и находил способы их решения; проявил инициативу, но в проведении отдельных видов работ допустил незначительные ошибки;

- оценка **«удовлетворительно»** ставится студенту, который выполнил в основном программу учебной практики; однако, не показал глубоких теоретических знаний; не в полной мере овладел умением их применять; допускал ошибки в планировании и проведении отдельных видов работ;

- оценка **«неудовлетворительно»** выставляется студенту, который не выполнил основных заданий по учебной практике; имел слабые теоретические знания и не овладел умением ставить и решать конкретные учебно-воспитательные, физкультурно-оздоровительные задачи; не научился устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с учащимися; пропустившему практику без уважительной причины (более 50% рабочих дней).

В случае пропуска практикантом свыше 40% рабочих дней по уважительной причине по решению методиста бригады, согласованному с курсовым руководителем практики, зачеты по проведению уроков могут быть приняты комиссией без продления практики. При этом выполнение всех разделов программы практики обязательно. ***Студенты, получившие за практику оценку «неудовлетворительно» подлежат отчислению из университета.***

При оценке результатов работы студента-практиканта используются следующие методы:

- анализ документации студентов по практике (отчетов, конспектов, планов);
- наблюдение за студентами в процессе практики и анализ качества отдельных видов работ (учебной, воспитательной, методической, исследовательской и др.);
- анализ и оценка проведения контрольного урока по физической культуре;
- беседа со студентами, учителями физической культуры, классными руководителями, администрацией;
- анализ характеристик студентов, написанных педагогами-наставниками;
- самооценка студентами степени подготовленности их к выполнению профессиональных функций и качества своей работы;
- обобщение данных выполнения занимающимися учебных заданий, их успеваемости, дисциплины и т.д.

Подведение итогов практики

По окончании практики студент составляет письменный отчет о достигнутых результатах. Содержание отчета определяется настоящей программой (приложение 1). Отчеты студентов рассматриваются руководителями базы практики, курсовым руководителем и методистами бригад.

Методист бригады совместно с руководителями практики базовых образовательных учреждений дают отзыв (характеристику) о работе каждого студента, отмечая в нем (ней) выполнение программы практики, овладение профессиональными умениями и качествами, отношение к работе, трудовую дисциплину.

Форма и вид отчета студентов о прохождении практики устанавливается вузом с учетом требований ФГОС ВО.

Итоговая оценка утверждается на защите результатов практики после анализа курсовым руководителем отчетной документации студента-практиканта.

Практикант, не выполнивший программу, получивший отрицательный отзыв о работе или не защитивший результаты практики, считается не прошедшим учебную практику. Оценка на практике приравнивается к оценкам теоретического обучения и учитывается при подведении итогов общей успеваемости студентов.

6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Список основной литературы

1. Мухина, М.П. Физкультурное образование школьников [Электронный ресурс]: учеб.пособие / М.П. Мухина; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. – Омск: Изд-во СибГУФК, 2014.– 402 с. – Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/641005>
2. Учебная и производственная (педагогическая) практики студентов государственного университета по специальности «Физическая культура»: учебно-метод. пособие / Министерство образования и науки Российской Федерации, Государственное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина». – Елец: Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, 2010. – 80 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271957> (дата обращения: 15.11.2019). – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.
3. Планирование физкультурного образования в общеобразовательных организациях: учебно-метод. пособие / сост. Ю.А. Мельникова, М.П. Мухина; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2014. – 152 с.: схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=336080> (дата обращения: 15.11.2019). – Библиогр.: с. 74-76. – Текст: электронный.

Список дополнительной литературы

1. Голубева, Г.Н. Введение в специализацию [Электронный ресурс]: учебное пособие / А.И. Голубев, О.В. Коломыцева, Г.Н. Голубева.– Набережные Челны: КамГИФК, 2003.– 90 с. – Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/239306>
2. Организация самостоятельной работы студентов [Электронный ресурс] / В.А. Бескровная, Д.В. Бескровный, Т.А. Борзунова, Н.А. Кузьмина, А.Н. Медведев, А.А. Степанов, Н.В. Фетисов.– Великие Луки: Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2015.– 164 с. – Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/639785>
3. Технология организации третьего урока физической культуры в общеобразовательной школе [Электронный ресурс]: учебно-метод. пособие / Г. Я. Галимов, М. Д. Кудрявцев, Ю. А. Копылов.– Улан-Удэ: Бурятский государственный университет, 2013.– 216 с.: ил. – (Физическая культура).– Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/229612>
4. Фискалов, В.Д. Методические аспекты организации профилированных практик магистрантов [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / В.Д. Фискалов.– Волгоград: ВГАФК, 2011.– 120 с. – На обороте тит. листа указ.заглавие: Методические аспекты организации профильных практик.– Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/230545>

7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

1. Электронно-библиотечная система «Рукоонт» [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/>

2. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://biblioclub.ru/>

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ

Методический кабинет оснащенный компьютерной техникой, наглядными пособиями, образцами отчетной документации по учебной практике.

20 базовых средних общеобразовательных учреждений города Смоленска.

Лицензионное программное обеспечение

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	RED OS 5.15.10 MUROM	01.09.2023	Операционная система и комплект приложений
2	ALT Linux ALT Edication 10.1	01.09.2024	Операционная система и комплект приложений для мобильного класса
3	LibreOffice 7.2.4.1	01.09.2024	Пакет офисного ПО для мобильного класса
4	1С:Предприятие 8.3.24.1667	01.09.2020	Прикладное программное обеспечение для автоматизации учёта и управления
5	Деканат. Комплекс программ Лаборатории ММИС	01.09.2021	Интегрированная система управления учебным процессом
6	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/	16.08.2016	Интернет-браузер
7	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО
8	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
9	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений

Согласовано:

Ответственный за основную профессиональную образовательную программу по направлению 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм к.п.н., доцент

_____Васильева З.В.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Приложение 1
Схемы и примерные образцы отчетных документов по учебной (педагогической)
практике в общеобразовательной школе

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 не выполнения. План должен быть согласован с учителем физкультуры школы. Выполнение плана проверяется методистом.

Утверждаю (дата,
подпись руководителя
от организации)

Индивидуальный план работы

студента-практиканта факультета заочного обучения №.. группы по учебной
(педагогической) практике в МБОУ «Средняя школа № 25» г. Смоленска
ИВАНОВА И.А.

№ п/п	Мероприятия	Сроки выполнени я	Отметка о выполнении
1	2	3	4
I. Организационная работа			
1.	Участвовать в установочной конференции по учебной практике	12.01.28	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);	13.01.28	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.);	13.01.28	Выполнено
II. Учебно-методическая работа			
1.	Просмотреть уроки физической культуры, проводимые учителем физической культуры (Ф.И.О.) и провести совместный анализ;	14, 16, 17, января	Выполнено
2.	Провести уроки физической культуры в качестве помощника учителя физической культуры (ФИО);	18, 19, 20 января	Выполнено
3.	Составить календарно-тематический план-график по физической культуре на 3 четверть для __ класса;	17.01.28	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.);	V 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.);	IV неделя практики	Выполнено
9.	Провести пульсометрию в _____ классе (Ф.И.О. ученика);	IV неделя практики	Выполнено
10.	Составить конспекты уроков физической культуры для _____ классов;	в течение практики	Выполнено
11.	Составить конспекты тренировочных занятий по _____ (вид спорта);	II неделя практики	Выполнено
12.	Провести контрольный урок по физической культуре в _____ классе;	V неделя практики	Выполнено
13.	Составить отчетную документацию по практике;	IV неделя практики	Выполнено
14.	Участвовать в защите отчетов по практике;	IV неделя практики	Выполнено
15.	Участвовать в заключительной конференции по практике.	по расписанию	Выполнено
III. Воспитательная работа			
1.	Провести беседу на тему: « _____ » в _____ классе;	IV 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 руководителя
от организации)

**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

- варианты челночного бега - бег с ускорением по сигналу - бег из различных и.п. - спортивные игры, эстафеты - бег 30 м. 2. Скоростно-силовые качества: - прыжок в длину с места - прыжки, многоскоки - упр. с набивными мячами - со скакалками - подтягивания: м – на высокой перекладине, д – на низкой перекладине 3. Выносливость: - равномерный длительный бег - кроссовая подготовка: м – до 20 мин., д – до 15 мин. - подвижные и спортивные игры - 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.		3'	3'		4'			2'	2'		2'	Кр		4'		5'	5'		
		Кр	5'					2'				3'		6'					
				4'	3'	4'	3'		4'		4'	3'		4'	4'	Кр	2'		
					3'							2'		2'			Кр		
						5'	5'	6'	6'	6'	6'								
	10'		10'								Кр	10'		10'	10'	10'	10'		
	6'	5'		6'	5'	6'	5'	6'	5'	6'	6'		5'	5'		5'	5'		
												6'							

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.

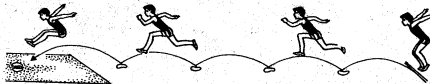
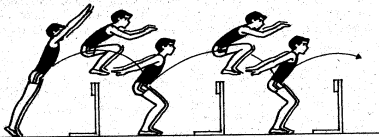
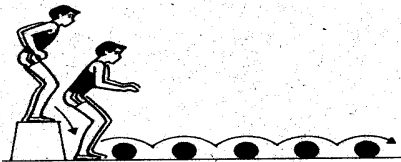
Место проведения: спортивный зал школы.

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

Конспект составил _____

Части урока	Содержание учебного материала	Дозир овка	Организационно-методические указания
1	2	3	4
П О Д Г О Т О В И	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'	Туловище держать прямо, смотреть вперед.
	б) спиной вперед	20"	Руки согнуты в локтевых суставах на уровне пояса, центр тяжести не поднимать.
	в) приставными шагами правым и левым боком	20"	«Класс! Через центр по – два! Марш!»
	4. Перестроения из колонны по одному в колонну по-два.	30"	
	5. ОРУ на месте	5'	Выполнять по максимальной амплитуде, в медленном темпе
	а) И. п. – о. с.	4 раза	Выполнять по максимальной амплитуде, в быстром темпе
	1-4 - круги головой вправо, 5-8 - то же влево.	4 раза	Руки в локтевых суставах не сгибать, рывки резче.
	б) И. п. – стойка ноги врозь	4 раза	
	1-4 - круги руками вперед, 5-8 - то же назад.	4 раза	Пятки от опоры не отрывать. Спина прямая.
	в) И. п. – правая рука вверх	6-8	
	1-2 - рывки руками назад, 3-4 - то же, левая рука вверх.	раз	
	г) И. п. – стойка ноги врозь, руки за голову		

Т Е Л Ь Н А Я	1 – поворот туловища направо, 2 – и. п. 3-4 – то же налево.	6-8 раз	Глубже наклон, прогнуться в поясничном отделе, потянуться за руками.
	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 присед, пятки от опоры не отрывать.
	е) И. п. – стойка ноги врозь, руки на пояс 1 – присед, руки вперед 2 – и. п. 3-4 – то же	6 раз	Выше подскоки. Выполнять под счет учителя
	ж) И. п. – стойка ноги врозь, руки на пояс 1-4 – подскоки на двух	30"	«Класс! Из колонны по – два в колонну по одному!»
Ч А С Т Ь	6. Перестроения из колонны по – два в колонну по одному	6'	
	7. Специальные беговые и прыжковые упражнения: - бег с высоким подниманием бедра	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 наклонять туловище назад, не поднимать плечи.
	- бег с захлестыванием голени	30"	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).
15 мин	- 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

	- семенящий бег - бег на месте в упоре с высоким подниманием бедра - 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	30" 30" 1'30" 1' 1'	углом, т. е. вперед, а не вверх. Темп выполнения быстрый. Плечевой пояс не напряжен. Руки свободно опущены. Опорная нога полностью разгибается в коленном суставе. Упражнение выполняется короткими шагами с очень малым подъемом бедра. Туловище под углом 50°. Поочередно быстрые отталкивания от опоры с подниманием бедра выше горизонтали. Обращать внимание на полное разгибание опорной ноги. Туловище и опорная нога составляют прямую линию. Нога ставится на опору на переднюю часть стопы (пятка не касается опоры).   
	1. Обучение технике прыжка в высоту способом «перешагивание» с 7-9 шагов разбега - краткий рассказ и демонстрация техники прыжка в высоту - имитация постановки ноги и отталкивания в сочетании с работой рук.	9' 1' 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

О С Н О В Н А Я Ч А С Т Ь 23 мин	- прыжки в шаге вверх, отталкиваясь толчковой ногой через шаг	2-3 раза	Выполнять в колонне по одному, следить за точным выполнением толчковой ноги и вертикальным положением туловища. То же при увеличении скорости передвижения.
	- прыжки в шаге вверх, отталкиваясь толчковой ногой через три шага	2-3 раза	Выполнять в колонне по одному, обращать внимание на выполнение маха и опускание маховой ноги за планку. Обращать внимание на приземление на маховую ногу. Планку устанавливают на доступной высоте. Обращать внимание на опускание маховой ноги за планку и разворот туловища лицом к планке при приземлении.
	- «перешагивание» планки, установленной наклонно, сбоку	2-3 раза	
	- «перешагивание» планки, установленной ровно, с одного шага разбега	2-3 раза	
	- прыжок через планку с 2-3 шагов разбега	2-3 раза	
	2. Совершенствование техники метания малого мяча с 3-6 шагов разбега	7'	Следить за тем, чтобы при постановке левой правая нога сгибалась
	- и. п. – стоя левым боком в сторону метания, руки в стороны. Метание мяча с одного шага.	2-3 раза	Следить за отсутствием вертикальных колебаний тела
	- и. п. – то же. Метание мяча со скрестного шага.	3-4 раза	Следить за сохранением положением снаряда в отведенной руке.
	- метание мяча с 3-6 шагов разбега	3-4 раза	Каждая команда, в свою очередь, поделена на две группы, которые строятся, как для встречной эстафеты, на противоположных линиях площадки в колонны по одному.
	3. «Эстафета с гимнастической палкой».	7'	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. 4. За нарушение правил команда получает штрафные очки.
	У направляющего первой группы в руках гимнастическая палка. По сигналу он бежит вперед, добегаем 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 выполняют то же упражнение.		

	Выигрывает команда, игроки которой быстрее поменяются местами в колоннах.		
З А К Л. Ч А С Т Ь З 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 непорядок во внешнем виде учителя в причёске, 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, освобожденный 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 жестикация); *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 анализировавшего 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	Показание секундомера	Виды деятельности				Простой по вине учителя
			Объяснение и показ	Выполнение упражнений	Ожидание и отдых	Вспомогательные действия	
1	2	3	4	5	6	7	8
Подготовительная часть							
	Итого						
Основная часть							
	Итого						
Заключительная 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 вдвое).

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 45 сек. 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 интенсивности 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 2. 3.	0		72
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.

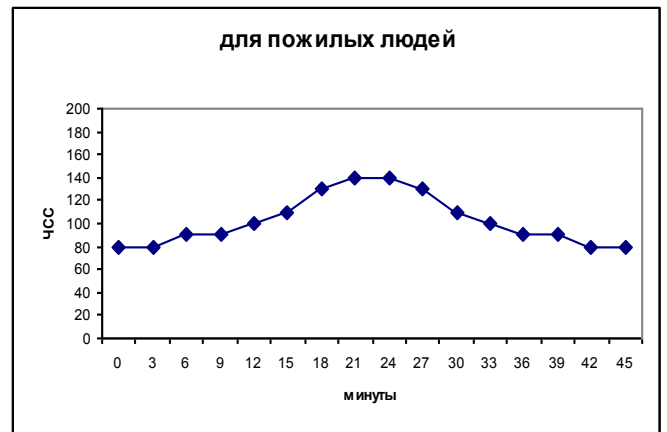
В занятиях в людях пожилого возраста (в группах здоровья), организм которых в силу возрастных изменений тяжело реагирует как на быстрое возрастание нагрузки, так и на быстрое ее снижение, от преподавателя требуется умелое обеспечение постепенного, медленного возрастания нагрузки от начала урока до середины 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:

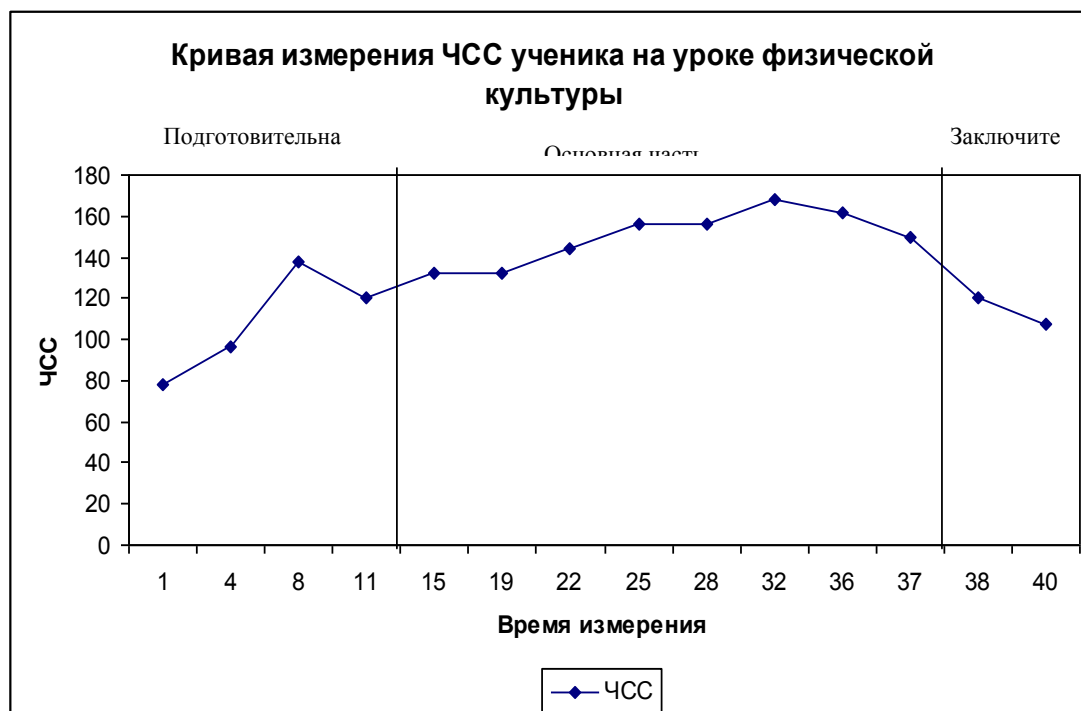
1. Совершенствовать технику передач мяча
2. Совершенствовать технику ведения мяча.
3. Совершенствовать технику штрафного броска.
4. Воспитывать скоростно-силовые и координационные способности посредством упражнений в ведении и передаче мяча, эстафет с элементами баскетбола.
5. Укреплять опорно-двигательный 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	16
Заключительная 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

Подведя 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 отчета о прохождении учебной (педагогической) практики
3 курса факультета заочного обучения
Иванова Игоря Ивановича**

- Сроки и место проведения учебной практики (точное название и адрес школы, Ф.И.О. директора школы и учителей физической культуры, условия и состояние спортивной базы школы).
- Спортивные успехи школы, количество занимающихся в спортивных секциях, количество учащихся в школе, действующие спортивные секции.
- Выполненные учебные задания по педагогической практике, (их количество, с кем или в каких классах и когда они выполнены, перечислить точно задания по педагогической практике).
- Мероприятия, выполненные помимо указанных в учебных заданиях (указать какие, их количество; с кем проводились; сколько человек принимало участие).
- Задания практики, которые Вам было трудно выполнить и какова причина этого? Назовите возможные причины: (отсутствие на лекциях и групповых занятиях при подготовке к педагогической практике, на установочной конференции; отсутствие связи с методистом; отсутствие методических пособий, рекомендаций, программы по педагогической практике; отсутствие самостоятельного опыта работы со школьниками; недостаточные знания и умения, полученные в процессе занятий в академии и по каким дисциплинам; спортивная специализация, редко встречающаяся в школе; недостаточное количество времени для лучшего выполнения заданий). Если есть другие причины – укажите.
- Ваши предложения по улучшению организации и проведения практики.

Отчет заверен:

Учитель физкультуры	(подпись)	Ф.И.О.
---------------------	-----------	--------

Руководитель от организации бригады	(подпись)	Ф.И.О.
-------------------------------------	-----------	--------

Дата

Схема характеристики студента-практиканта
факультета заочного обучения
 _____ группы ФГБОУ ВО «СГУС» ИВАНОВА ИГОРЯ ИВАНОВИЧА

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

За время прохождения педагогической 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 организации _____	_____	Сидоров А.М.
Дата выдачи характеристики _____		
Печать школы _____		
Общая оценка за практику _____	_____	
Курсовой руководитель _____	_____	Жарова О.Ю.

Образец выполнения титульного листа

ФГБОУ ВО
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Отчетная документация
по учебной (педагогической) практике
студентки (а) _____ курса _____ группы
факультета ЗО

(Ф. И. О.)

Бригада № _____

Название базы практики

Руководитель от организации _____
(Ф.И.О.)

Смоленск 20____

Согласовано:

Ответственный за основную профессиональную
образовательную программу по направлению
49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный
туризм к.п.н., доцент

_____
Васильева З.В.