

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Зекрин Фанави Хайбрахманович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 08.11.2023 09:26:27  
Уникальный программный ключ:  
8d1b39193cdad8918b8873b650139af277c1a2d2

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

*Кафедра теории и методики физической культуры, спорта  
и безопасности жизнедеятельности*

## **УЧЕБНАЯ ПРАКТИКА: ОЗНАКОМИТЕЛЬНАЯ**

Методические указания

*для обучающихся  
по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура,  
профиль «Физкультурное образование»*

**Составитель: С.С. Галанова**

Чайковский  
ЧГАФКиС  
2021

УДК 378  
ББК 74.58  
У 91

Рецензент: Борина Ю.Ю., к.п.н., доцент.

Обсуждено и рекомендовано к утверждению  
на заседании кафедры теории и методики физической культуры, спорта и безопасности  
жизнедеятельности ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС».

Протокол № 3 от 19.10.2021 г.

Печатается по решению учебно-методического совета  
ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС».

Протокол № 2 от 20.10.2021 г.

**Учебная практика: ознакомительная:** методические указания для  
У обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиль  
91 «Физкультурное образование» / сост. С.С. Галанова – Чайковский: ФГБОУ ВО  
«ЧГАФКиС», 2021. – 53 с.

Методические указания по прохождению учебной практики, ознакомительной  
содержат консультативно-методический материал и составлены в соответствии с  
требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего  
профессионального образования по направлению 49.03.01 Физическая культура, профиль  
«Физкультурное образование».

УДК 378  
ББК 74.58

© Галанова С.С., составление, 2021  
© ФГБОУ ВО «ЧГИФК», 2021

# **1 ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ: ОЗНАКОМИТЕЛЬНОЙ**

## **Вид практики, способ организации и форма ее проведения**

**Вид практики:** учебная.

**Тип практики:** ознакомительная.

**Форма проведения практики:** дискретно.

**Способ проведения практики:** стационарная, выездная.

## **Цель освоения практической деятельности**

**Целью прохождения учебной практики: ознакомительной** (далее – практика) является приобретение и овладение обучающимися первичных профессиональных умений и навыков, способствующих формированию компетенций, предусмотренных ФГОС ВО.

Практика для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов должна учитывать состояние здоровья и требования по доступности.

## **Объем практики в зачетных единицах и ее продолжительности в неделях в академических часах**

Трудоемкость практики составляет – 6 зачетных единиц, 216 академических часа, 4 недели. Учебным планом ЧГАФКиС предусмотрена промежуточная аттестация обучающихся в форме *зачета с оценкой*.

## **Место практики в структуре образовательной программы**

Учебная практика: ознакомительная относится к обязательной части блока 2 «Практики» образовательной программы по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиль «Физкультурное образование».

Учебная практика: ознакомительная по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиль «Физкультурное образование» реализуется на 3 курсе в 5 семестре очной формы обучения, на 4 курсе в 7 семестре заочной формы обучения.

Практика направлена на получение первичных профессиональных умений и навыков, закрепление и расширение полученных теоретических знаний, приобретение первоначального практического опыта работы.

Для успешного прохождения практики необходимы знания, умения, и/или опыт практической деятельности, сформированные в процессе изучения предшествующих дисциплин: Анатомия человека, Введение в профессиональную деятельность, Олимпийское образование, Биомеханика двигательной деятельности, Биохимия человека, Физиология человека, Психология физической культуры и спорта, Теория и методика физической культуры, Физиология человека, Педагогика физической культуры, Основы медицинских знаний, Теория и методика обучения базовым видам (гимнастика, легкая атлетика, спортивные и подвижные игры, лыжный спорт, плавание, туризм), Теория и методика избранного вида спорта, Организация физкультурно-спортивных мероприятий,

Теория и методика физического воспитания обучающихся.

Знания, умения и/или опыт практической деятельности, сформированные при прохождении учебной практики: ознакомительной, будут востребованы при изучении последующих дисциплин/практик: Спортивная физиология, Возрастная физиология, Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, Теория спорта, Спортивная метрология, Адаптивный спорт, Статистика в спорте, Теория и методика физического воспитания обучающихся, Педагогические технологии в физкультурном образовании, Технологии проектирования индивидуальных образовательных маршрутов, Разработка индивидуальных физкультурно-оздоровительных программ, Социальная адаптация в условиях образовательной профессиональной деятельности, Инклюзивное физкультурно-спортивное образование, Организация тренировочных занятий, Спортивно-педагогическое совершенствование, Спортивная ориентация детей и подростков, Повышение профессионального мастерства, Возрастная кинезиология, Возрастные аспекты двигательной активности человека, Физическое воспитание в детских оздоровительных лагерях, Физкультурно-оздоровительная работа в детских оздоровительных лагерях, Атлетическая гимнастика, Аквафитнес, Производственная практика: педагогическая.

### **Содержание разделов практики**

Содержание практики включает: инструктаж по технике безопасности, ознакомление с требованиями охраны труда, пожарной безопасности, а также правилами внутреннего трудового распорядка профильной организации. Мероприятия по ознакомлению с профессиональной деятельностью учителя физической культуры, инструктора по физическому воспитанию. Участие в организации и проведении уроков по физической культуре, занятий по физическому воспитанию; физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий. Отчетная документация практики выполняется под руководством руководителя практики.

Во время практики, обучающиеся выполняют индивидуальные задания, при необходимости, собирают материал к выпускной квалификационной работе.

В рабочем графике (плане) проведения практики определяют конкретные мероприятия, которые должны быть выполнены по всем разделам программы практики в установленные сроки.

#### *Организационно-ознакомительный раздел:*

- участие в организационном собрании по прохождению практики;
- знакомство с профильной организацией, участие в беседах с руководителем организации и медицинским персоналом, с учителями физической культуры и классными руководителями прикрепленных классов (или воспитателями, инструкторами);
- знакомство с внутренним распорядком профильной организации, с задачами работы педагогического коллектива (должностные обязанности, организация и режим работы учителя (инструктора) физической культуры).

- культуры, система тарификации и аттестации педагогов, условия оплаты и критерии оценки труда учителя (инструктора) физической культуры);
- изучение организации учебно-воспитательного процесса в профильной организации, организации спортивной и оздоровительной работы, в т.ч. в каникулярное время;
  - знакомство с материально-технической базой организации, необходимой для проведения уроков (занятий) по физической культуре;
  - прохождение инструктажа по технике безопасности, по противопожарной безопасности, знакомство с требованиями охраны труда, предупреждению травматизма и оказанию первой помощи;
  - участие в методических занятиях, совещаниях, проводимых методистами-преподавателями для студентов-практикантов.

*Учебно-методический раздел:*

- оформление и своевременное заполнение краткого содержания работ, выполняемых практикантом в период прохождения практики;
- изучение документации планирования, контроля и учета учебной и внеклассной работы (учебные программы; годовой, календарно- тематический план-график учебного процесса, календарь спортивных мероприятий и т.д.) профильной организации;
- изучение планов и разработка тематического планирования учебного процесса для дошкольников или обучающихся младшего школьного возраста;
- просмотр и анализ уроков (занятий) физической культуры, проводимых учителем (инструктором) у дошкольников или обучающихся младшего школьного возраста;
- составление конспектов пробных и зачетных уроков (занятий) физической культуры для дошкольников или обучающихся младшего школьного возраста;
- проведение фрагментов уроков (занятий) физической культуры для дошкольников или обучающихся младшего школьного возраста: подготовительной, основной, заключительной частей в качестве помощника учителя (инструктора);
- проведение уроков (занятий) физической культуры в прикрепленных классах (группах) самостоятельно в целом;
- разработка конспектов и проведение частей учебно-тренировочного занятия для обучающихся младшего школьного возраста или подготовительной группы в качестве помощника учителя (инструктора).
- хронометрирование урока (занятия) физической культуры для дошкольников или обучающихся младшего школьного возраста, проводимого учителем (инструктором) физической культуры;
- проведение пульсометрии на уроке (занятии) физической культуры для дошкольников или обучающихся младшего школьного возраста, проведенном учителем (инструктором) физической культуры, с указанием фамилии и имени ученика (в сокращ.);
- работа со специальной и научно-методической литературой.

*Учебно-воспитательный раздел:*

- посещение общеобразовательных уроков (занятий) и сбор сведений об обучающихся прикрепленного класса (группы);
- проведение воспитательной работы с обучающимися прикрепленных классов (групп) (по плану воспитательной работы учреждения);
  - изучение методики составления плана-конспекта воспитательного мероприятия: постановка цели, определение задач и структуры мероприятия; подготовка конспекта (беседы, тезисов, сценария) и наглядного материала (иллюстраций, слайдов, плакатов); подготовка помещения для проведения воспитательного мероприятия; организация обучающихся; обсуждение и подведение итогов мероприятия.

*Физкультурно-оздоровительный и спортивно-массовый раздел:*

- знакомство с календарным планом физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий профильной организации;
- разработка документов планирования и учета физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия (соревнования или праздника): положения (сценария), отчета;
- участие в подготовке, организации и проведении физкультурно-оздоровительных или спортивно-массовых мероприятий, в соответствии с планом профильной организации.

*Контрольно-аналитический раздел:*

- проведение педагогического наблюдения уроков (занятий) физической культуры;
- хронометрирование и анализ плотности урока (занятия) у обучающихся младших классов (детей старшей и подготовительной групп);
- проведение пульсометрии и анализ распределения нагрузки на уроке (занятии);
- анализ качества профессионально-педагогической деятельности;
- проведение контрольных процедур для оценивания уровня физической подготовленности обучающихся и отклонений от нормы;
- ежедневный самоанализ выполнения программы практики;
- подготовка отчетной документации по итогам прохождения практики.

## **Структура отчёта по учебной практике**

В конце последней недели практики обучающиеся представляют на кафедру отчет, каждый документ которого должен быть завизирован руководителем практики от кафедры и/или руководителем практики от профильной организации.

В отчете по практике должны быть отражены документы, учитывающие специфику деятельности профильной организации:

- титульный лист (Приложение А);
- перечень документов отчёта (Приложение Б);
- индивидуальное задание и рабочий график (план) проведения практики, отражающий содержание и планируемые результаты, согласованные руководителем практики от кафедры с руководителем практики от профильной организации (Приложение В);
- характеристика на обучающегося с места прохождения практики: составляется руководителем практики от профильной организации, подписывается руководителем профильной организации и заверяется печатью (Приложение Г);
- краткое содержание работ в период прохождения практики, заполняется ежедневно в соответствии с индивидуальным заданием (Приложение Д);
- расписание уроков (занятий) по физической культуре в закрепленных за практикантом классах (группах) (Приложение Е);
- годовой план-график распределения программного материала по предмету «Физическая культура» на период практики для прикрепленных классов (групп) в профильной организации (Приложение Ж);
- календарно-тематическое планирование на период практики для одной параллели прикрепленных классов (групп) в соответствии с рабочей программой профильной организации (Приложение З);
- конспекты (технологические карты) уроков (занятий) физической культуры для прикрепленных классов (групп): всего 3 конспекта, в том числе зачётного занятия (Приложение И);
- тематический план учебно-тренировочных занятий для обучающихся младшего школьного возраста или дошкольников на период практики (Приложение К);
- конспекты учебно-тренировочных занятий для прикрепленных классов (групп): всего 3 конспекта, в том числе зачётного занятия в качестве помощника педагога (инструктора) (Приложение Л);
- педагогический анализ урока (занятия) (с выведением итоговой оценки, оформленным заключением и рекомендациями) (Приложение М);
- протокол хронометрирования урока (занятия) (таблица с временными показателями, расчёты и анализ общей и моторной плотности занятия в целом и по частям) (Приложение Н);
- протокол измерения частоты сердечных сокращений (с указанием вида деятельности по частям урока (занятия), ЧСС и времени ее измерения; графиком динамики ЧСС обучающегося в течение урока (занятия); формулировкой заключения по распределению физической нагрузки по

частям урока (занятия) и реакции организма занимающегося по данным ЧСС) (Приложение О);

- план физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы на период практики (Приложение П);
- положение о проведении физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия или сценарий (Приложение Р);
- отчет о проведении физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия (Приложение С);
- конспект, тезисы или план воспитательного мероприятия (профориентационной работы, беседы о ЗОЖ и др.) (Приложение Т);
- заключение по практике (краткий описательный анализ результатов прохождения практики) (Приложение У).

Отчет должен содержать сведения о конкретно выполненной обучающимся работе в период практики и весь материал, отражающий содержание разделов программы практики.

При необходимости в отчет по практике могут быть вложены дополнительные материалы (программа спортивно-массового мероприятия, приложения к конспектам занятий, бесед; фотографии, сделанные в процессе прохождения практики обучающимся и др.).

Обучающиеся очной формы на процедуру защиты практики представляют доклад, мультимедийную презентацию (или фотоотчет), составленные на основании отчета о прохождении практики. Презентация по практике выполняется в программе MicrosoftOfficePowerPoint. В доклад включена следующая информация: название профильной организации, специфика ее работы, контингент, характеристика групп, закрепленных за обучающимся; новые методики и т.д. Количество занятий, проведенных в качестве помощника и самостоятельно. В заключении делается вывод о том опыте, который приобрел обучающийся за период прохождения практики, трудностях, с которыми он столкнулся; обучающийся должен выразить свое общее впечатление, а также предложить пути совершенствования практики. Также могут представляться фотографии, которые характеризуют деятельность обучающегося в процессе практики.

## **2 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ПРОХОЖДЕНИЮ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ**

К основным рекомендациям для обучающихся следует отнести:

- своевременно выполнять все виды работ, предусмотренные программой практики, на высоком качественном уровне осуществлять учебный процесс;
- организовать свою деятельность в соответствии нормативными документами организации, в котором проходит практику, подчиняться правилам внутреннего распорядка, распоряжениям администрации и руководителя практики.

В случае невыполнения предъявляемых к практиканту требований, он



может быть отстранен от прохождения практики.

Студенты имеют право по всем вопросам, возникающим в процессе практики, обращаться к руководителю практики института, от кафедры и преподавателям кафедры ТИМФКСиБЖД, вносить предложения по совершенствованию учебного процесса, организации практики, участвовать в конференциях и совещаниях, пользоваться библиотекой, кабинетами и находящимися в них учебно-методическими пособиями.

Далее представлены методические рекомендации к подготовке документации учебной практики: ознакомительной.

**Индивидуальное задание.** Разработка индивидуального задания на период учебной практики осуществляется руководителем практики от кафедры. Индивидуальное задание согласовывается с руководителем практики от профильной организации на основе использования программы практики и учета конкретных условий базовой школы с целью создания полного представления о необходимом содержании работы и сроках ее выполнения. Выполнение индивидуального задания контролируется на протяжении всей практики (Приложение В).

**Характеристика на студента-практиканта.** Характеристика пишется в свободной форме. Обязательно в характеристике должен быть указан уровень овладения всех профессиональных компетенций, предусмотренный программой учебной практики, стоять оценка за практику, дата ее выдачи, заверенная подписью руководителя практики от профильной организации и печатью школы (Приложение Г).

**Краткое содержание работ.** В отчете ведется ежедневная, последовательная запись практики, с указанием даты каждой записи и характера проделанной работы. Необходимо записывать личные впечатления практиканта, выделяя, главным образом, наиболее существенные факты. Необходимо помнить, что ведение данного документа - это средство формирования специальных профессиональных навыков, умений и компетенций будущего специалиста. Его содержание, внешний вид, грамотность изложения учитываются при выставлении окончательной оценки по практике (Приложение Д).

**Документы планирования.** Основными документами планирования процесса физического воспитания обучающихся дошкольных и общеобразовательных учреждений являются:

- рабочая программа по предмету «Физическая культура»;
- расписание уроков (занятий) по физической культуре;
- годовой план-график прохождения учебного материала;
- календарно-тематическое планирование прохождения учебного материала по физической культуре;
- конспекты (технологические карты) уроков по физической культуре.

Рабочая программа по предмету является составной частью учебного плана образовательного учреждения, реализующего программы общего образования, и отражают методику реализации программ с учетом:

- требований федеральных компонентов государственных стандартов;
- обязательного минимума содержания учебных программ;
- максимального объема учебного материала для обучающихся;
- требований к уровню подготовки обучающихся;
- объема часов учебной нагрузки, определенной учебным планом образовательного учреждения для реализации учебной дисциплины;
- целей и задач образовательной программы учреждения;
- выбора педагогом необходимого комплекта учебно-методического обеспечения.

**Расписание уроков по физической культуре** профильной организации уже разработано и утверждено, поэтому задача студента изучить его, перенести и выделить уроки в закрепленных классах, приходящихся на период прохождения практики (Приложение Е).

**Годовой план-график прохождения учебного материала** уже разработан и утвержден директором школы (заведующим детского сада), поэтому задача студента изучить его, перенести и выделить номера уроков (занятий), приходящихся на период прохождения практики (Приложение Ж).

**Календарно-тематическое планирование** представляет собой развернутую поурочную форму распределения содержания учебного материала в течение года в форме таблицы. Примерное содержание таблицы по комплексной программе физического воспитания (№ п/п, наименование раздела программы, тема урока, тип урока, элементы содержания, требования к уровню предлагаемого обучения, вид контроля, домашнее задание). Примерное содержание таблицы по рабочим программам, соответствующим федеральному государственному образовательному стандарту (ФГОС): № п/п, дата; наименование раздела программы, тема урока; элементы содержания; виды деятельности обучающихся; планируемые результаты: предметные, метапредметные, личностные; домашнее задание.

Обучающийся оформляет фрагмент календарно-тематического планирования на период практики для одной параллели прикрепленных классов (групп) в соответствии с рабочей программой профильной организации. На основании календарно-тематического планирования разрабатываются и оформляются планы-конспекты уроков (занятий) (Приложение З).

**План-конспект урока (занятия), в том числе зачетного.** Конспект урока (занятия) разрабатывается на основе календарно-тематического плана и итогов предыдущего урока (занятия). Студент в устной или письменной форме намечает план предстоящего урока (занятия): задачи, порядок организации. Составляет графическую модель урока (занятия). Консультируется по намеченному плану с учителем физической культуры (инструктором). После утверждения плана, практикант разрабатывает подробный конспект урока (занятия).

При подготовке конспекта, необходимо использовать методическую литературу, записи наблюдений уроков учителя (инструктора).

Работа над конспектом начинается с наблюдения и формулирования задач урока (занятия). Предусматриваются задачи по обучению двигательным действиям, сообщению знаний по физической культуре, воспитанию физических качеств, также нравственных, волевых качеств, умственных способностей.

Задачи должны быть конкретными и реальными, то есть точно определять все, что намечено достигнуть, и может быть достигнуто именно на данном уроке (занятии). Например: «Разучить устойчивое и мягкое приземление в опорных прыжках», «Разучить расхождение вдвоем при встрече на бревне» и т.п.

Практикант рассчитывает время и строит структурную схему урока.

В графе «Содержание урока» подробно записывает все упражнения и задания, а также содержание теоретического материала в той последовательности, в которой предполагается их проведение на уроке.

Все упражнения и задания должны быть записаны достаточно полно с указанием исходного положения и перечнем составляющих их действий. При этом необходимо строго соблюдать терминологию, принятую в соответствующих видах спорта. Там, где необходимо, указывается счет.

В том случае, когда урок (занятие) проводится групповым методом, в конспекте записывается содержание упражнений для каждого отделения и указывается порядок смены видов упражнений. Там, где необходимо, отдельно записываются упражнения для мальчиков и девочек.

При подготовке к уроку (занятию), студент продумывает дозировку упражнений. В конспекте указывается примерная дозировка.

Однако в том случае, когда стоят задачи воспитания физических качеств, нагрузка и отдых строго регламентируются.

В зависимости от упражнений, цели их использования, условий проведения в конспекте отмечается количество повторений, продолжительность отдыха между отдельными упражнениями, или сериями упражнений.

В графе «Организационно-методические указания» должна быть раскрыта методика проведения урока (занятия). Записи могут отражать конкретные методы и методические приемы обучения отдельным упражнениям. Например: содержание объяснений учителя, использование определенных наглядных пособий, учебных карточек, ориентиров, приемов, повышающих активность обучающихся, методы индивидуального подхода и тому подобное, содержание и методы воспитательной работы.

Разрабатывая конспект, необходимо обдумывать и записывать методы организации урока (занятия): порядок выполнения упражнений, способы размещения обучающихся для выполнения упражнений, способы подготовки мест занятий, раздачи и сбора инвентаря. В оформлении этой графы конспекта целесообразны рисунки, схемы, отражающие характер организации урока (занятия).

В конце конспекта практикант записывает замечания по проведенному уроку (занятию), которые сделают в конце урока в процессе обсуждения (Приложение И).

**Технологическая карта урока(занятия)** обеспечивает эффективное и качественное преподавание уроков(занятий) в школе и возможность достижения планируемых результатов освоения основных образовательных программ на ступени начального образования в соответствии с ФГОС второго поколения.

Обучение с использованием технологической карты позволяет организовать эффективный учебный процесс, обеспечить реализацию предметных, метапредметных и личностных умений (универсальных учебных действий), в соответствии с требованиями ФГОС второго поколения, существенно сократить время на подготовку учителя (инструктора) к уроку (занятию).

Технологической карте присущи следующие отличительные черты:

- интерактивность;
- структурированность;
- алгоритмичность при работе с информацией;
- технологичность;
- обобщённость.

Структура технологической карты включает:

- название темы с указанием часов, отведенных на ее изучение;
- цель освоения учебного содержания;
- планируемые результаты (личностные, предметные, метапредметные, информационно-интеллектуальную компетентность и УУД);
- метапредметные связи и организацию пространства (формы работы и ресурсы);
- основные понятия темы;
- технологию изучения указанной темы (на каждом этапе работы определяется цель и прогнозируемый результат, даются практические задания на отработку материала и диагностические задания на проверку его понимания и усвоения);
- контрольное задание на проверку достижения планируемых результатов.

Технологическая карта позволяет увидеть учебный материал целостно и системно, проектировать образовательный процесс по освоению темы с учётом цели освоения предмета, гибко использовать эффективные приёмы и формы работы с детьми на уроке (занятии), согласовать действия учителя (инструктора) и обучающихся, организовать самостоятельную деятельность школьников в процессе обучения; осуществлять интегративный контроль результатов учебной деятельности(Приложение И).

**Тематический план учебно-тренировочных занятий** представляет собой развернутую форму распределения содержания учебно-тренировочного материала в течение года в форме таблицы. Примерное содержание таблицы по программе (№ п/п, тема занятия, кол-во часов, элементы содержания, требование к уровню подготовки обучающихся).

Обучающийся оформляет фрагмент тематического плана учебно-тренировочных занятий на период практики для одной параллели прикрепленных классов (групп) в соответствии с программой профильной организации. На

основании тематического планирования разрабатываются и оформляются конспекты занятий (Приложение К).

**Конспект учебно-тренировочного занятия, в том числе зачетного.** Конспект занятия разрабатывается на основе тематического плана и итогов предыдущего занятия. Студент в устной или письменной форме намечает план предстоящего занятия: задачи, порядок организации. Составляет графическую модель занятия. Консультируется по намеченному плану с учителем физической культуры (инструктором). После утверждения плана, практикант разрабатывает подробный конспект занятия.

При подготовке конспекта, необходимо использовать методическую литературу, записи наблюдений уроков учителя (инструктора).

Работа над конспектом начинается с наблюдения и формулирования задач занятия. Задачи должны быть конкретными и реальными, то есть точно определять все, что намечено достигнуть, и может быть достигнуто именно на данном занятии. Например: «Разучить технику передвижения припадении» и т.п. Практикант рассчитывает время и строит структурную схему занятия.

В графе «Содержание занятия» подробно записывает все упражнения и задания, а также содержание теоретического материала в той последовательности, в которой предполагается их проведение на занятии.

Все упражнения и задания должны быть записаны достаточно полно с указанием исходного положения и перечнем составляющих их действий. При этом необходимо строго соблюдать терминологию, принятую в соответствующих видах спорта. Там, где необходимо, указывается счет.

При подготовке к занятию, студент продумывает дозировку упражнений. В конспекте указывается примерная дозировка.

В зависимости от упражнений, цели их использования, условий проведения в конспекте отмечается количество повторений, продолжительность отдыха между отдельными упражнениями, или сериями упражнений.

В графе «Организационно-методические указания» должна быть раскрыта методика проведения занятия. Записи могут отражать конкретные методы и методические приемы обучения отдельным упражнениям. Например: содержание объяснений учителя (инструктора), использование определенных наглядных пособий, учебных карточек, ориентиров, приемов, повышающих активность обучающихся, методы индивидуального подхода и тому подобное, содержание и методы воспитательной работы.

Разрабатывая конспект, необходимо обдумывать и записывать методы организации занятия: порядок выполнения упражнений, способы размещения обучающихся для выполнения упражнений, способы подготовки мест занятий, раздачи и сбора инвентаря. В оформлении этой графы конспекта целесообразны рисунки, схемы, отражающие характер организации занятия.

В конце конспекта практикант записывает замечания по проведенному занятию, которые сделают в конце занятия в процессе обсуждения (Приложение Л).

**Педагогический анализ** урока (занятия). Цель педагогического анализа в рамках педагогической практики в детском саду и школе - научить студента определять качество проведения урока (занятия) физической культуры, оценивая профессиональную подготовленность практиканта.

Сущность педагогического анализа состоит в выявлении результативности конкретного занятия (его вклада в формирование физкультурных знаний, двигательных умений и навыков; развитие физических способностей; совершенствование личностных качеств обучающихся) и побуждении практиканта к совершенствованию собственной профессионально-педагогической компетентности.

Технология проведения анализа урока отражает систему педагогических наблюдений за деятельностью учителя (инструктора) и обучающихся. Для этого наблюдения по ходу урока заносят в черновые записи, которые затем обрабатывают, используя рекомендуемую схему.

Общие требования к анализу урока физической культуры:

Анализ должен быть многосторонним и достаточно глубоким, охватывающим все разделы предлагаемой схемы.

Все увиденное на уроке должно оцениваться.

Оценка должна быть объективной, обоснованной, аргументированной доказательствами.

Необходимо отмечать как положительные моменты, так и недостатки, при этом давать конкретные практические рекомендации по их устранению.

Педагогический анализ, выполняемый студентами в ходе практики, представлен в различных видах:

- проведения наблюдений и частичного анализа урока (занятия) по рекомендованным темам с последующим коллективным обсуждением урока (занятия);
- самоанализа проведенного урока (занятия) с указанием собственных ошибок и путей их исправления;
- выполнения письменного комплексного педагогического анализа урока (занятия) физической культуры по предложенной схеме;
- оценки контрольного урока (занятия) с использованием балльной системы;
- экспресс- анализа урока (занятия) физической культуры.

Примерные темы наблюдений для проведения анализа урока (занятия):

- организация урока (занятия);
- условия и характер деятельности занимающихся на уроке (занятии);
- характер деятельности педагога на уроке (занятии);
- дозировка упражнений и регулирование нагрузки на уроке (занятии);
- техника безопасности на уроке (занятии), страховка, оказание помощи;
- использование словесного метода;
- обеспечение наглядности в обучении;
- обеспечение сознательности и активности занимающихся;
- методы разучивания учебного материала;
- решение оздоровительных задач на уроке (занятии);
- методы развития двигательных качеств;

- учет текущей успеваемости занимающихся;
- схема комплексного педагогического анализа урока (занятия) физической культуры;
- общие сведения: тип урока, место проведения, контингент занимающихся, Ф.И.О. проводящего, задачи урока (занятия).

*Организация урока (занятия):* подготовленность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, обеспечение ТСО и наглядными пособиями; отношение к внешнему виду учащихся; структура урока (занятия), четкость организации, пунктуальность начала и конца урока (занятия); дисциплинированность и аккуратность занимающихся; правильность выбора места учителем (инструктором) для объяснения и проведения урока (занятия); общая и моторная плотность урока (занятия), объем и интенсивность физической нагрузки; обеспечение техники безопасности.

*Методический аспект:* комплексный подход к постановке и решению задач (обучающих, развивающих, воспитывающих); учет возрастных особенностей, подбор средств и методов обучения в соответствии с задачами урока (занятия); использование разнообразных форм организации учебной деятельности (поточный, групповой, фронтальный и т.д.); использование дифференцированного подхода в обучении; индивидуализация обучения на уроке (занятии); целесообразность внесения коррективов по ходу урока (занятия); своевременность исправления ошибок обучающихся на уроке (занятии).

*Психолого-педагогический аспект:* охарактеризовать средства мотивации творческого отношения обучающихся к занятиям физическими упражнениями; определить наиболее эффективные методы оценки учебной деятельности обучающихся для развития морально-волевых качеств личности (ответственности, исполнительности, точности, дисциплинированности, решительности, смелости и т.п.); зафиксировать и охарактеризовать приемы взаимоотношений обучающихся в системе «учитель-ученик», «инструктор-воспитанник».

*Заключение по уроку (занятию):* отразить соответствие содержания конспекта урока (занятия) годовому, четвертному планам и поставленным задачам; оценить эффективность решения запланированных задач; указать на трудности в их решении и наметить пути их преодоления на последующем уроке (занятии) или в системе уроков (занятий); указать положительные моменты в работе учителя физической культуры (инструктора) (организационно-методического характера); выявить недостатки и ошибки в процессе обучения и организации учебной деятельности школьников (дошкольников) на уроке физической культуры (занятии).

*Предложения и рекомендации:* по совершенствованию организации урока (занятия); разнообразию применения методов обучения; улучшению техники ведения урока (занятия) (объяснение, показ и т. д.) (Приложение М).

**Хронометрирование урока (занятия) физической культуры.** Хронометраж урока (занятия) проводится с целью получения данных об общей и моторной плотности урока (занятия), значительно уточняющих и углубляющих

педагогический анализ урока (занятия). Выполняя задание, студент заполняет протокол хронометрирования, проводит расчет общей и моторной плотности (в процентах), представляет данные хронометрирования в графическом оформлении и проводит письменный анализ плотности урока (занятия), формулирует выводы, дает практические рекомендации (Приложение Н).

**Пульсометрия на уроке (занятие) физической культуры.** Проведение пульсометрии на уроке (занятие) физической культуры или его части помогает оценить соответствие нагрузки возрасту, индивидуальным особенностям занимающихся, содержанию и условиям проведения занятий. На основании показателей пульса (ЧСС) выясняется реакция сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку, вызванная определенным упражнением или серией упражнений, а также динамика этих реакций на протяжении всего урока (занятия), что позволяет оценить эффективность регулирования нагрузки с учетом возрастных особенностей занимающихся. Для этого вычерчивается физиологическая «кривая нагрузки».

Оценка пульсовых данных и кривой ЧСС должна сопровождаться всесторонним анализом. Показатели пульса у разных лиц, как и у одного и того же лица в разное время и при разных обстоятельствах не совпадают. Измеряют же, как правило, частоту сердечных сокращений лишь одного занимающегося. Кроме того, следует иметь в виду, что эти изменения происходят не только в зависимости от характера и величины мышечной работы, но и под влиянием эмоций, которые в уроках (занятиях) физического воспитания нередко достигают значительной силы. Поэтому относительно правильная оценка показателей пульсометрии возможна лишь при учете данных педагогического наблюдения, которые фиксируются частично в графе «Примечание». В «Примечании» должны отражаться характеристики действий ученика (воспитанника), за которым ведется наблюдение (например, пропустил очередь, не проявляет активности, имитирует выполнение упражнений и др.).

Для объективности вывода, необходимо учесть задачи и характер учебной работы, специфику примененных упражнений и методов, их последовательность в уроке (занятии), подготовленность и проведение привлеченных для наблюдения учеников, а также другие факторы, обуславливающие реакцию сердца на нагрузку на протяжении всего урока (занятия). На основании проведенного анализа должны быть сформулированы выводы и кратко изложены конкретные предложения проводившему урок(занятие) (Приложение О).

**План физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы на период практики** в профильной организации уже разработан и утвержден, поэтому задача студента изучить его, перенести и выделить мероприятия, приходящихся на период прохождения практики (Приложение П).

**Подготовка и проведение физкультурно-оздоровительного или спортивного мероприятия.** За основу проведения студентами физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в период учебной практики берется



календарный план проведения спортивно-массовых мероприятий школы, утвержденный директором школы в начале учебного года. Составляя план на период практики, студенты разрабатывают соответствующий раздел работы с учетом ранее запланированных мероприятий, четко определяя меру своего участия и ответственности за их проведение.

Успех проведения любого физкультурно-оздоровительного мероприятия или соревнования зависит от его подготовки. Студентам необходимо помнить, что к проведению мероприятий, в том числе и зачетных, нужно подходить творчески, с выдумкой, заинтересованно, с привлечением физкультурного актива школьников. Подготовка мероприятия начинается с разработки сценария или положения о соревновании.

У входа в спортивный зал необходимо подготовить место для размещения материалов о начале, ходе и результатах соревнования. Здесь вывешиваются красочные объявления о сроках проведения и времени проведения игр, заседания судейской коллегии, положение, календарь игр, таблица результатов. Интерес у зрителей вызовут оперативные фоторепортажи по итогам игрового дня. Достойным завершением любого школьного турнира станет торжественное закрытие соревнования и награждение победителей, призеров и лучших игроков турнира.

**Положение о соревновании.** При составлении положения о соревновании следует учитывать следующие пункты:

- цель, задачи соревнования (формирование здорового образа жизни, повышения социальной активности и укрепления здоровья обучающихся, приобщение их к физической культуре как составному элементу общенациональной культуры);
- время и место проведения;
- руководство;
- участники соревнований;
- условия проведения соревнований;
- определение победителей;
- финансирование;
- награждение;
- заявки;
- примечание (ПриложениеР).

Смета расходов на проведение физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия. Составляются в соответствии с положением о проведении физкультурно-спортивного или спортивно-массового мероприятия и на основании утвержденных показателей количества участников, обслуживающего персонала, размеров оплаты труда и существующих нормативов на необходимые услуги.

Цель предварительной разработки смет заключается в том, чтобы знать до начала проведения мероприятий сумму денежной потребности, возможность ее покрытия за счет собственных или привлекаемых источников.

**Отчет опровержении физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия.** Ответственный за проведение мероприятия должен предоставить отчет с кратким анализом и заключением о проведенном мероприятии, соревнованиях (Приложение С).

**Конспект воспитательного мероприятия с обучающимися.** Разрабатывая конспект беседы, студент подбирает и изучает литературу, отбирает материал, систематизирует его и излагает в форме, соответствующей возрасту учащихся данного класса (группы), разрабатывает вопросы для обсуждения (Приложение Т).

**Заключение практиканта по учебной практике.** В отчете следует кратко описать весь объем проведенной студентом работы в профильной организации. При этом необходимо отразить:

- количество просмотренных уроков (занятий);
- количество проведенных уроков(занятий), частей уроков(занятий);
- перечислить физкультурно-оздоровительные или спортивно-массовые мероприятия;
- содержание воспитательной работы, проведенной в период практики;
- анализ организации физического воспитания в профильной организации;
- характеристика выполнения других разделов индивидуального плана;
- замечания и предложения по совершенствованию профессионально-педагогической подготовки студентов до практики и в процессе учебной практики в профильной организации (Приложение У).

**Подготовка к защите итогов практики.** Заключительным организационным мероприятием по подведению итогов практики и аттестации студентов является защита отчетов по учебной практике.

Основным инструментом методического сопровождения, подтверждающим прохождение практики в профильной организации, является отчетная документация, которая позволяет отслеживать и оценивать достижения студентов в течение практики.

Отчет составляется на основе выполнения индивидуального задания студента в период практики. В конце отчета следует провести анализ собственной педагогической деятельности. Успешность студента-практиканта в процессе педагогической деятельности приводит к удовлетворенности собой как специалистом, что в дальнейшем оказывает влияние на развитие механизма самоопределения личности каждого студента. В отчете следует отметить положительные и отрицательные моменты практики, трудности, которые возникали в период практики и пути их преодоления, а также замечания и предложения по совершенствованию практики в детском саду, общеобразовательной школе.

**Подготовка к защите отчета по практике.** Завершающим этапом для студентов очной формы обучения является защита отчетов по

практике, подведение итогов и обмен опытом работы, которая дает возможность проанализировать и более объективно оценить достигнутые результаты.

Адекватная профессиональная самооценка процесса педагогической деятельности - путь к саморазвитию и самосовершенствованию специалиста. К участию студенты должны подготовить выступление и творческий отчет учебной практике, сопровождающийся презентацией.

*Презентация* - разновидность самостоятельной работы с компьютерными технологиями, состоящая в использовании разнообразных приемов обработки информации, заключенной обучающимся в докладе.

Цель презентации - научиться демонстрировать умение работать с информацией, используя приемы и методы, а также с различными компьютерными программами. Основные правила оформления презентаций

1. Стиль изложения и оформления должен быть деловым и сдержанным. Логотип и несколько элементов оформления на периферии страницы - этого достаточно.

2. Делайте для каждого слайда уникальный заголовок. Пять слайдов с одним и тем же заглавием - и зрители перестанут вообще смотреть на заголовки.

3. Ставьте порядковые номера слайдов и общее количество их в презентации, это поможет аудитории понимать, сколько осталось до конца.

4. Выводите информацию на слайд постепенно. Пусть слова и картинки появляются параллельно «озвучке»: так понятнее, чем вести рассказ по статичному слайду.

5. Приводите факты, цифры и графики - это хорошая поддержка для вашего выступления. Голый текст никого не заинтересует.

6. Применяйте высококонтрастные цвета, крупные шрифты и вычурные иллюстрации. В противном случае, сидящие на задних рядах, ничего не разберут на экране.

7. Фотографии, рисунки и другие иллюстрации старайтесь размещать на отдельных слайдах. То же относится к большим диаграммам, таблицам, схемам и графикам.

8. Не переписывайте в презентацию свой доклад. В идеале вообще ни одно слово доклада не должно дублироваться на слайдах — кроме темы, имен собственных и названий графиков и таблиц. Демонстрация презентации на экране — это вспомогательный инструмент, иллюстрирующий вашу речь.

*Самостоятельная работа* является важнейшим элементом учебного процесса, так как это один из основных методов освоения учебных дисциплин и овладения навыками профессиональной деятельности.

Все виды самостоятельной деятельности студентов в период прохождения практики контролируются и сопровождаются своевременной психолого-педагогической поддержкой и консультативной помощью со стороны руководителей от кафедры, учителей физической культуры (инструкторов по физическому воспитанию), преподавателей выпускающей кафедры.

Самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной и популярной литературой, материалами периодических изданий и Интернета, статистическими данными является наиболее эффективным методом получения знаний, позволяет значительно активизировать процесс овладения информацией, способствует более глубокому усвоению изучаемого материала, формирует у студентов свое отношение к конкретной проблеме.

### 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

#### *Основная литература*

1. Тихонов А.М. Физическая культура. Системно-деятельностный подход в преподавании [Электронный ресурс]: направление подготовки: 050100 - «Педагогическое образование». Профиль подготовки: «Физическая культура». Квалификация (степень) выпускника: бакалавр/ Тихонов А.М., Кечкин Д.Д.— Электрон.текстовые данные. — Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2013. — 104 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/32106.html>. — ЭБС «IPRbooks»
2. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник. - М.: Академия, 2014, 2012.
3. Теория и методика физической культуры: Учебник / под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. – 3-е изд., стереотип. – М.: Советский спорт, 2007. – 464 с.
4. Физическая культура. 1-11 классы: комплексная программа физического воспитания В.И. Ляха, А.А. Зданевича: пособие/ авт.-сост. Каинов А.Н., Курьерова Г.И.- Волгоград: Учитель, 2016.

#### *Дополнительная литература*

5. Барчуков И.С. Физическая культура: учебник. - М.: Академия, 2013.
6. Лысова И.А. Физическая культура: учебное пособие - М.: Московский гуманитарный университет, 2011 (электр. ресурс ЭБС «IPRbooks»)
7. Менхин Ю.В. Физическое воспитание: теория, методика, практика: учеб.пособие. – 2-е изд. переработанное и дополненное – М.: СпортАкадемПресс, 2006. - 312 с. (6 экз.)
8. Программы общеобразовательных учреждений. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов/ Лях В.И., Зданович А.А.- М.: Просвещение, 2007.
9. Современные проблемы физического воспитания подрастающего поколения: перспективы и пути решения. [Текст]. - материалы Всероссийской с международным участием НПК. - Волгоград: ФГБОУ ВО "ВГАФК", 2017. - 394 с.
10. Физическая культура и здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе [Электронный ресурс]: материалы Регионального научно-методического семинара «Физическая культура и здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе» (25 марта 2015 года)/ Р.Р. Абдуллин [и др.]. — Электрон.текстовые данные. — Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2015.— 164 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/51799.html>.— ЭБС «IPRbooks»

#### *Нормативные документы*

11. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ

12. Федеральный Государственный образовательный стандарт дошкольного образования: утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013г., №1155
13. Федеральный Государственный образовательный стандарт начального образования (1-4 кл.): утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009г., №373

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»  
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

**ОТЧЕТ**  
**ПО УЧЕБНОЙ ПРАКТИКЕ: ОЗНАКОМИТЕЛЬНОЙ**

---

Фамилия, имя, отчество, № группы

---

Направление подготовки, профиль

---

Название организации (место практики)

---

Населенный пункт

---

---

Республика, область, край

**Дата начала практики:**

**Дата окончания практики:**

**Ф.И.О. руководителя практики от кафедры:**

**Ф.И.О. руководителя практики от профильной организации:**

**Оценка за практику** \_\_\_\_\_ (оценка, ставит руководитель практики от кафедры) \_\_\_\_\_ (дата) \_\_\_\_\_ (подпись)

**Перечень документов отчета по учебной практике: ознакомительной**

1. Индивидуальное задание и рабочий график (план) проведения практики.
2. Характеристика обучающегося с места прохождения практики.
3. Краткое содержание работ в период прохождения практики.
4. Расписание уроков (занятий) по физической культуре в закрепленных за практикантом классах (группах).
5. Годовой план-график распределения программного материала по предмету «Физическая культура» на период практики для прикрепленных классов (групп) в профильной организации.
6. Календарно-тематическое планирование на период практики для одной параллели прикрепленных классов (групп).
7. Конспекты (технологические карты) уроков (занятий) физической культуры для прикрепленных классов (групп): всего 3 конспекта, в том числе зачётного занятия.
8. Тематический план учебно-тренировочных занятий для обучающихся младшего школьного возраста или подготовительных групп на период практики;
9. Конспекты учебно-тренировочных занятий для прикрепленных классов (групп): всего 3 конспекта, в том числе зачётного занятия в качестве помощника педагога (инструктора).
10. Педагогический анализ урока (занятия).
11. Протокол хронометрирования урока (занятия).
12. Протокол измерения частоты сердечных сокращений на уроке (занятии).
13. Положение о проведении физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия или сценарий.
14. Отчет о проведении физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия.
15. Конспект, тезисы или план воспитательного мероприятия (профориентационной работы, беседы о ЗОЖ и др.).
16. Заключение по практике (краткий описательный анализ результатов прохождения практики).

При необходимости в отчет могут быть вложены дополнительные материалы (программа спортивно-массового мероприятия; приложения к конспектам занятий, воспитательной работе; фотографии и др.).



ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»  
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

**Индивидуальное задание**  
выполняемое в период учебной практики: ознакомительной

студента (ки) \_\_\_\_\_

(ФИО студента, группа)

обучающегося(йся) по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиль «Физкультурное образование»

Сроки практики: \_\_\_\_\_

<i>№ п/п</i>	<i>Содержание раздела (этапа) практики</i>	<i>Сроки выполнения</i>	<i>Планируемые результаты практики</i>
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			

Руководитель практики от  
кафедры \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ (ФИО, должность)

Руководитель практики от  
профильной организации \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ (ФИО, должность)

### Рабочий график проведения практики

(ФИО студента, группа)						
СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ	ДНИ НЕДЕЛИ					
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота
<b>1-ая неделя</b>						
Консультации с руководителями практики						
Работа с учебно-методической документацией по практике						
Оформление и своевременное заполнение краткого содержания работ						
Изучение литературы						
**Иные виды деятельности						
<b>Итого, часов</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>9</b>
<b>2-ая неделя</b>						
Работа с учебно-методической документацией по практике, подготовка документов для отчета						
Изучение литературы						
Консультация с руководителями практики						
Оформление и своевременное заполнение краткого содержания работ						
*Иные виды деятельности						
<b>Итого, часов</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>9</b>
<b>3-ая неделя</b>						

Работа с учебно-методической документацией по практике, подготовка документов для отчета						
Изучение литературы						
Консультация с руководителями практики						
Оформление и своевременное заполнение краткого содержания работ						
*Иные виды деятельности						
Итого, часов	9	9	9	9	9	9
<b>4-ая неделя</b>						
Работа с учебно-методической документацией по практике, подготовка документов для отчета						
Изучение литературы						
Консультация с руководителями практики						
Оформление и своевременное заполнение краткого содержания работ						
*Иные виды деятельности						
Итого, часов	9	9	9	9	9	9

\* Иные виды деятельности, не предусмотренные представленным содержанием, могут быть включены студентом практикантом самостоятельно.

Руководитель практики от \_\_\_\_\_  
кафедры

\_\_\_\_\_  
(ФИО, должность)

Руководитель практики от \_\_\_\_\_  
профильной организации

\_\_\_\_\_  
(ФИО, должность)

ХАРАКТЕРИСТИКА

студента(ки) \_ курса Чайковской государственной академии физической культуры и спорта

(Ф.И.О. студента, группа)

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

- объем и качество выполненной педагогической работы практикантом в данном учреждении;

- уровень знаний, умений и навыков, которые проявил студент-практикант при осуществлении учебно-воспитательной работы с обучающимися;

- уровень знаний, умений и навыков, приобретенных студентом-практикантом за период прохождения производственной практики и овладения им профессиональных компетенций:

- 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, педагогическим составом, обучающимися;

- характеристика уровня профессионально-педагогической готовности студента-практиканта к самостоятельной работе по физической культуре в профильной организации.

Оценка за практику – « \_\_\_\_\_ ».

Дата \_\_\_\_\_

Руководитель практики от  
профильной организации

(подпись)

М.П.

(ФИО)

*Характеристика пишется в свободной форме, здесь указана лишь структура данного документа. Обязательно в характеристике должен быть указан уровень овладения всех общепрофессиональных и профессиональных компетенций, предусмотренный программой учебной практики, стоять оценка за практику, дата ее выдачи, заверенная подписью руководителя практики от профильной организации и печатью школы (детского сада).*

ПРИЛОЖЕНИЕ Д  
*Таблица для заполнения краткого содержания  
работ в период прохождения практики*

**Краткое содержание работы в период прохождения практики в профильной организации**

Дата	Содержание работы

Руководитель практики от профильной организации: \_\_\_\_\_ (подпись)                      \_\_\_\_\_ (ФИО)

ПРИЛОЖЕНИЕ Е  
*Образец бланка расписания уроков (занятий)  
в закрепленных классах (группах) на период практики*

**Расписание уроков (занятий)**

Класс (группа)	Дни и часы занятий					
	Пн.	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб

Руководитель практики от профильной организации: \_\_\_\_\_  
(подпись) (ФИО)

ПРИЛОЖЕНИЕ Ж  
*Образец годового плана графика распределения  
программного материала по предмету «Физическая культура»  
в общеобразовательной организации*

**Годовой план – график изучения программного материала по предмету  
«Физическая культура» для обучающихся 4-х классов**

Вид программы	Ча сы	1 четверть									2 четверть							3 четверть							4 четверть																						
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35											
Базовая часть	87																																														
Основы знаний		На каждом уроке (занятии)																																													
Легкая атлетика	24	12																																										12			
Гимнастика	21										21																																				
Лыжная подготовка	18																				21																										
Единоборства	9																																							9							
Спортивные игры	21						15																																								
Вариативная часть	15																																														
Плавание	15																																							15							

Руководитель практики от профильной организации: \_\_\_\_\_  
(подпись) (Ф.И.О.)

### Годовой план учебно-воспитательной работы по физической культуре на 2020-2021 учебный год

Месяц	Организационно-педагогическая работа	Методическая работа, совместная деятельность с педагогами	Совместная деятельность педагога с детьми	Совместная деятельность с семьёй	Взаимодействие со структурными организациями (город, район, учебные заведения)
<b>Ноябрь</b>	<p>1. Разработать цикл физкультурных занятий на воздухе</p> <p>2. Изготовление масок и атрибутов для подвижных игр детей</p> <p>3. Работа с Интернет-ресурсами</p> <p>4. Проведение инд. работы с детьми подготовительной группы на тренажёрах и фитболах.</p> <p>5. Пополнение игротеки народных и казачьих подвижных игр большой и средней подвижности в старших возрастных группах.</p>	<p><b>1. Педсовет №3</b></p> <p><b>«Художественно эстетическое воспитание через нетрадиционные техники рисования»</b></p> <p><b>Цель:</b> совершенствовать работу ДОУ по художественно-эстетическому развитию дошкольников через нетрадиционные техники рисования в соответствии с ФГОС ДО</p> <p><b>Задачи:</b></p> <p>1. Повысить профессиональный уровень знаний путём изучения литературы по теме «Художественно эстетическое воспитание через нетрадиционные техники рисования», изучение методик и технологий в интернет ресурсах.</p> <p>2. Рассмотреть содержание и методику работы по использованию нетрадиционной техники изображения с целью развития детского творчества.</p> <p>3. Систематизировать работу по реализации мероприятий, направленных на художественно эстетическое воспитание развитие мелкой моторики рук детей через занятия рисования, продуктивной деятельностью.</p> <p>Открытое физкультурное занятие с нетрадиционной техникой рисования</p> <p>2. Укрепить материальную базу групп (пополнить физ. уголки )</p>	<p>1. Проводить НОД с детьми, утреннюю гимнастику, коррекционную работу</p> <p>2. Развлечение старшая, подготовительная группы посвящённое Дню Матери. совместно с родителями (реализация проекта)</p> <p>3 Тематическое занятие с презентацией</p> <p>«Разведчики» (реализация проекта)</p> <p>4. Разучивание пальчиковой гимнастики согласно возраста детей</p> <p>5 Разучивание комплекса дыхательной гимнастики</p> <p>6 Распределение и подбор оздоровительных мероприятий с детьми по группам здоровья</p>	<p>1. Индивидуальные беседы с родителями детей нуждающихся в коррекционно-профилактической поддержке</p> <p>2. Консультация для родителей «Рисование двумя руками»- старшая, подготовительная группа</p> <p>3 Встречи по заявкам., интерактивное общение.</p> <p>4. Фотоматериалы для родителей о проведенных досугах и занятиях в Интернет-ресурсах</p>	

Руководитель практики от профильной организации: \_\_\_\_\_



(подпись)

(Ф.И.О.)

### Календарно-тематическое планирование (в 4 –х классах)

№ урока	Наименование раздела программы	Тема урока	Кол – во часов	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся	Вид контроля	Дата проведения	
								план	факт
<b><i>III – ЧЕТВЕРТЬ (30 часов)</i></b>									
49.	Основы знаний – 1 ч.	Техника безопасности на уроках лыжной подготовки.	1	вводный	Инструктаж по ТБ. Правила безопасности на занятиях лыжным спортом. Правила движения по лыжне. История возникновения лыж. Правила оказания первой помощи при обморожениях.	Знать правила движения по лыжне и правила оказания первой помощи при обморожениях	фронтальный опрос	янв.	
50.	Лыжная подготовка – 21 ч.	Техника попеременного двухшажного хода	3	обучающий	Инструктаж по ТБ. Подводящие упражнения. Скользящий шаг без палок. Выполнение попеременного двухшажного хода без палок. Упражнения на развитие равновесия. П/и «Самокат».	Уметь демонстрировать скользящий шаг	текущий	янв.	
51.		Техника попеременного двухшажного хода		комплексный	Подводящие упражнения. Скользящий шаг без палок. Упражнения на развитие равновесия. Попеременный двухшажный ход без палок (имитация движений рук)	Уметь демонстрировать попеременный двухшажный шаг без палок	текущий	янв.	
52.		Техника попеременного двухшажного хода		совершенствование	Подводящие упражнения. Скользящий шаг без палок. Упражнения на развитие равновесия. Попеременный двухшажный ход без палок. Координация движений.	Уметь проходить дист. 100м изученным ходом	текущий	янв.	
53.		Техника попеременного двухшажного хода	6	обучающий	Специальные упражнения на отрезках 10 – 20 м. Выполнение попеременного двухшажного хода с палками. Встречные эстафеты.	Уметь демонстрировать правильное отталкивание	текущий	янв.	
54.		Техника попеременного двухшажного хода		комплексный	Подводящие упражнения. Выполнение скользящего шага с палками. Прохождение тренировочного круга изученным ходом. П/и «Гонки с преследованием». Развитие общей выносливости.	Уметь демонстрировать правильное скольжение	текущий	янв.	

Руководитель практики от профильной организации: \_\_\_\_\_  
(подпись) (Ф.И.О.)

**Календарно-тематическое планирование  
для детей старшей группы**

<b>Ноябрь</b>				
<b>Задачи:</b>				
<b>Учить:</b> - перекладывать малый мяч из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке; - прыжкам на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед.				
<b>Отрабатывать:</b> - навыки ходьбы с высоким подниманием коленей; - бег врассыпную; - перебрасывание мяча в шеренге; - ползание по скамейке на животе.				
1 -я часть: Вводная	Перестроение в шеренгу, колонну, повороты направо, налево, ходьба с высоким подниманием коленей, бег врассыпную, между кеглями, с изменением направления движения, перестроение в колонну по два и по три, ходьба и бег в чередовании с выполнением фигур			
Общеразвивающие упражнения	С малым мячом	С обручем	С большим мячом	На гимнастической скамейке
2-я часть: Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перекладыванием маленького мяча из правой руки в левую перед собой	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягивание двумя руками. 2. Ведение мяча с продвижением вперед. 3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч. 4. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на предплечье и колени	1. Подлезание под шнур боком, прямо, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 3. Прыжки на правой и левой ноге между предметами. 4. Игра «Волейбол» (двумя мячами)	Игровые упражнения 1. «Брось и поймай». 2. «Высоко и далеко». 3. «Ловкие ребята» (прыжки через препятствие и на возвышение). Подвижные игры 1. «Большая птица». 2. «Мяч водящему». 3. «Горелки». 4. «Ловишки с ленточками». 5. «Найди свою пару». 6. «Кто скорей до флажка» (ползание по скамейке)
3-я часть: Подвижные игры	«Пожарные на учениях»	«Не оставайся на полу»	«Удочка»	
Малоподвижные игры	«Найди и промолчи»	«Угадай по голосу»	«Летает - не летает»	

Руководитель практики от профильной организации: \_\_\_\_\_  
(подпись) (Ф.И.О.)

**КОНСПЕКТ УРОКА (ЗАНЯТИЯ) № \_**  
**по физической культуре для обучающихся \_\_ класса (группы)**

Дата проведения \_\_\_\_\_

Место проведения \_\_\_\_\_

Время проведения \_\_\_\_\_

Задачи урока (занятия):

- 1.
- 2.
- 3.

Урок (занятие) проводил \_\_\_\_\_

Инвентарь: \_\_\_\_\_

Части занятия и их содержание	Дозировка	Организационно – методические указания
1. Подготовительная		
2. Основная		
3. Заключительная		

Использованная литература: \_\_\_\_\_

Заключение по уроку (занятию): \_\_\_\_\_

Оценка за проведение: \_\_\_\_\_

Руководитель практики от профильной организации: \_\_\_\_\_  
(подпись) (Ф.И.О.)

**КОНСПЕКТ ЗАЧЕТНОГО УРОКА(ЗАНЯТИЯ) № \_**  
**по физической культуре для обучающихся \_\_ класса (группы)**

Дата проведения \_\_\_\_\_

Место проведения \_\_\_\_\_

Время проведения \_\_\_\_\_

Задачи урока (занятия):

- 1.
- 2.
- 3.

Урок (занятие) проводил \_\_\_\_\_

Инвентарь: \_\_\_\_\_

Присутствовало \_\_\_\_\_ чел.:

Части занятия и их содержание	Дозировка	Организационно – методические указания
1. Подготовительная		
2. Основная		
3. Заключительная		

Члены комиссии:

1. \_\_\_\_\_  
(оценка) (подпись) (ФИО)

2. \_\_\_\_\_  
(оценка) (подпись) (ФИО)

3. \_\_\_\_\_  
(оценка) (подпись) (ФИО)

Краткий анализ занятия членами комиссии: \_\_\_\_\_

Итоговая оценка за занятие: \_\_\_\_\_  
(подпись руководителя практики от профильной организации) (ФИО)

Технологическая карта урока (занятия) физической культуры в \_\_\_ классе (№ \_\_\_)

Тема: «Баскетбол. Закрепление технических приемов: ведение, передача»

Тип урока: учебный.

Учитель: Иванов Иван Иванович, учитель физической культуры МБОУ СОШ №10 г. Чайковский

<b>Цель</b>	Формирование двигательного умения в технических приемах игры «баскетбол»: ведение, передача
<b>Задачи:</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Развивать гибкость, скоростно-силовые способности с помощью общеразвивающих, подготовительных, специально подготовительных и подводящих упражнений.</li> <li>2. Учить согласованному движению рук и ног при ловле, передаче двумя руками от груди с шагом, в процессе ведения мяча.</li> <li>3. Воспитывать умения: наблюдать за величиной физической нагрузки; соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности.</li> </ol>
<b>Основные понятия</b>	Ведение, передача и ловля мяча.
<b>Межпредметные связи</b>	Музыка, окружающий мир, математика.
<b>Ресурсы:</b>	<p>Литвинов Е.Н., Анисимова М.В., Торочкова Т.Ю. Физическая культура. 1—4 классы. Программа для общеобразовательных учреждений./ под ред. Виленского М.Я. – М.: Мнемозина. 2014.</p> <p>Лях В.И. Физическая культура. Учебник 1-4 классы. – М.: Просвещение, 2014.</p>
<b>УУД</b>	<p><i>Личностные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.</li> </ul> <p><i>Регулятивные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;</li> <li>- умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.</li> </ul> <p><i>Познавательные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осмысление, объяснение своего двигательного опыта;</li> <li>- осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</li> </ul> <p><i>Коммуникативные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений;</li> <li>- умение объяснять ошибки при выполнении упражнений;</li> <li>- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</li> </ul> <p><i>Предметные результаты:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр;</li> <li>- осваивать технические действия из спортивных игр;</li> <li>- взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр;</li> <li>- выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр;</li> <li>- соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности.</li> </ul>
<b>Оборудование:</b>	Аудиозапись, баскетбольные мячи
<b>Место проведения</b>	Спортивный зал.
<b>Время проведения</b>	45 минут.

(продолжение)

Части урока	Этапы урока		Дозировка	Организационные методические указания	Результат УУД
	Деятельность учителя	Деятельность учащихся			
Подготовительная часть 10 мин	Строит класс	Строятся в одну шеренгу	1 мин	Выход под музыку. Построение в правом верхнем углу зала	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной деятельности.
	Прием рапорта, приветствие, проверка личного состава	Расчет, стоят смирно	1,5 мин	Фиксирование отсутствующих в журнале	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной деятельности.
	Сообщение цели, задач урока	Фиксирование внимания на задачах	30 сек	Вопросы: 1. Из каких основных упражнений состоит игра? (ведение, передачи, броски) 2. Ребята, какой можно сделать вывод: цель нашего урока - чтобы научиться играть в баскетбол необходимо научиться выполнять основные приемы баскетболиста.	Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.
	Актуализирует ОРУ относительно подготовки баскетболистов	Отвечают на вопросы учителя	1 мин	Вопросы: 1. «Какие части тела (мышцы) особенно нужны баскетболисту?» (стопа, нога – икроножные м-ы, руки – дельтовидные м-ы, «трицепс»)  2. «Ребята, какой можно сделать вывод: для того чтобы хорошо играть в баскетбол, необходимо потренировать данные м-ы)».	Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.  Развивать физические качества.
	Проведение разминки	Ходьба: -на носках -на пятках	1 мин		
Коррекция действий учащихся по мере	-на наружных сторонах стопы.			Упражнения 1-7 выполняются с	

необходимости.	<p>Бег:          - обычный;          -на внутренней стороне стопы;          -на внешней стороне стопы;          -спиной вперед.          Выполнение ОРУ на месте под музыку):          1). И.П.-о.с          1 - руки вверх, правую назад на носок.          2 – И.П.          3 - Руки вверх, левую назад на носок          4 - И.П.          2). И.п.- о.с.          1 - 4 - Круговые вращения головой вправо          5 - 8 - То же влево.          3). И.П. - о.с., руки в стороны.          1- 2 - Круговые движения рук вперед.          3- 4 - То же назад.          5- 6 - Круговые движения предплечий вперед.          7- 8 – То же назад.          4) И.П. - о.с., руки вверх.          1 - 4 -Круговые движения туловищем вправо.          5 - 8 - То же влево.          5). И.П. - Сед на пятках, согнув ноги, руки на пояс.          1 - Наклон влево, руки вверх.          2 - И. П.          3 - Наклон вправо, руки вверх.          4 - И. П.          6). И.П. – выпад правой.</p>	<p>3 мин           4 ПМ           4 ПМ           4 ПМ           4 ПМ           5 ПМ           4 ПМ           5 ПМ</p>	<p>высокой амплитудой</p>	
----------------	--	---	---------------------------	--



		<p>1-3 - Пружинистые потягивания ног.</p> <p>4 - смена ноги прыжком.</p> <p>7). И.П. - о.с. руки вперед.</p> <p>1 - 2 - Мах правой к левой руке.</p> <p>3 - 4 - Мах левой к правой руке.</p> <p>8). И.п. - о.с.</p> <p>1-3 - Прыжки на двух.</p> <p>4 - Прыжком достать предплечья коленями.</p>	8 ПМ		Прямые руки во время прыжка держать на уровне пояса
Основная часть – 30 мин	Следить за согласованностью движений рук и ног.	1. Ловля и передача мяча от груди на месте в парах.	2 мин	Построение в две шеренги, лицом друг к другу вдоль зала на расстоянии 3 м. Обратить внимание на согласованность движений рук и ног, на захлестывающие движение кистями.	Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта
	Перед выполнением упражнения коротко объяснить, с какой целью выполняется эти разновидности ловли и передачи.	2. Имитация ловли и передачи мяча от груди двумя руками с шагом вперед.	2 мин	Обратить внимание на разгибание рук для передачи сразу после отталкивания от площадки сзади стоящей ногой.	Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
	Коррекция действий учащихся по мере необходимости.	3. Передача мяча от груди двумя руками с шагом вперед сзади стоящей ногой, ловля с шагом назад.	2 мин	Увеличить расстояние между шеренгами (у девочек до 3,5 метров, а у мальчиков – до 4 метров).	Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.
	Следить за согласованностью движений рук и ног.	4. Прыжки на левой ноге до боковой линии и обратно на правой	3 сер.х 2 линии	Построение в две шеренги спиной друг к другу вдоль продольной оси зала. Соревнование: чья шеренга быстрее выполнит.	Развивать физические качества.
	Обратить внимание на правильное положение туловища и кистей при ловле	5. Ловля и передача от груди двумя руками с шагом вперед.	3 мин	Вначале передачи выполнять не сильно, по небольшой траектории. Шагая навстречу мячу, при ловле голову не отворачивать, смотреть на мяч.	Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.

	Обратить внимание на правильное положение кисти на мяче и длительное его сопровождение пальцами.	6. Ведение правой и левой рукой на месте и передача партнеру от груди двумя руками.	3 мин	Кисть на мяч накладывать сверху и немного сзади. Локоть свободной руки направлен вперед в сторону.	Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений
	Перед выполнением упражнения познакомить учащихся с правилом «Передвижения» и напомнить правило «Ведения мяча».	7. Ведение мяча правой и левой рукой шагом по прямой от одной боковой линии к другой и обратно	3 мин	До противоположной боковой линии вести правой рукой, обратно левой и передать партнеру. Кисть на мяч накладывать сверху и немного сзади. Локоть свободной руки направлен вперед в сторону.	Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений
		8. Прыжки на двух ногах на месте, подтягивая колени к груди.	Дев.3 сер.х 6 ПМ. Мал.3 сер.х 8ПМ.	Прыжки выполнять во время ведения партнера.	Развивать физические качества.
	Если учащиеся усвоили технику ведения шагом, то выполняется ведение в беге.	9.Ведение мяча правой и левой рукой бегом по прямой.	3 мин	Кисть накладывать на мяч сзади - сверху. Мяч не должен ударяться перед ногами. Темп бега спокойный.	Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений
	Объясняет правила игры и дает установку на правильность действий игроков	10. Зонный вариант игры «Борьба за мяч».	7 мин	4 команды. В зависимости от числа игроков в команде каждую половину площадки мелом поделить на такое же количество зон. Две команды играют на одной половине, две на другой. В каждой зоне действуют по одному игроку из обеих команд. Мяч можно передавать только в соседнюю зону. Команда, сделавшая подряд 6 передач, получает очко. Ведение запрещено.	Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
Заклочительная часть 5 мин	Командует построение на лицевой линии б/б площадки	Построение.	30 сек	Учащиеся по команде: «В одну шеренгу на лицевой линии баскетбольной площадки - становись!»-строятся в одну шеренгу.	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной деятельности.
	Задаёт вопросы и выслушивает ответы учащихся. Просит подойти	Отвечают на вопросы учителя	4 мин	Вопросы: «Все, ли получилось при выполнении упражнений? Что еще нужно исправить? Какими способами?	Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в

<p>после уроков ряд учащихся для беседы.</p>			<p>У всех ли хватает силы, чтобы выполнить упражнения? Какими упражнениями можно развивать силу?»</p>	<p>соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.</p>
<p>Объясняет домашнее задание</p>	<p>Учащиеся слушают и запоминают Д/З</p>	<p>30 сек</p>	<p>Выполнять физические упражнения для развития силы мышц рук (3 подхода по 6-8 ПМ) каждый день и наблюдать за своим результатом.</p>	<p>Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.</p>

Руководитель практики от профильной организации: \_\_\_\_\_  
 (подпись) (Ф.И.О.)

**ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ  
по баскетболу для обучающихся 4-ых классов**

№ занятия	Тема занятия	Кол – во часов	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся
1	Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях	2	Инструктаж по ТБ. Правила безопасности на занятиях по баскетболу. История возникновения баскетбола. Правила передвижений в баскетболе. Основная стойка баскетболиста.	Знать правила передвижений в баскетболе и правила техники безопасности на занятиях
2	Совершенствование техники передвижения при нападении	2	Подводящие упражнения. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	Уметь демонстрировать индивидуальные действия без мяча
3	Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	2	Подводящие упражнения. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	Уметь демонстрировать индивидуальные действия с мячом и без мяча.
4	Взаимодействие двух игроков - «заслон в движении».	2	Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Многократное выполнение технических приемов. Упражнение «заслон в движении»	Уметь выполнять упражнение «заслон».

Руководитель практики от профильной организации: \_\_\_\_\_  
(подпись) (Ф.И.О.)

**КОНСПЕКТ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ № \_\_\_\_**  
**по баскетболу для обучающихся 4-ых классов**

Дата проведения \_\_\_\_\_

Место проведения \_\_\_\_\_

Время проведения \_\_\_\_\_

Задачи занятия:

1.

2.

3.

Занятие проводил \_\_\_\_\_

Инвентарь: \_\_\_\_\_

Части занятия и их содержание	Дозировка	Организационно – методические указания
1. Подготовительная		
2. Основная		
3. Заключительная		

Заключение по занятию: \_\_\_\_\_

Оценка за проведение: \_\_\_\_\_

Руководитель практики от профильной организации: \_\_\_\_\_  
(подпись) (Ф.И.О.)

### Педагогический анализ урока (занятия)

Тема урока (занятия): \_\_\_\_\_  
 Дата проведения: \_\_\_\_\_  
 Время: \_\_\_\_\_  
 Урок (занятие) проводил: \_\_\_\_\_  
 Контингент: \_\_\_\_\_  
 Место проведения: \_\_\_\_\_  
 Цель урока (занятия) \_\_\_\_\_  
 Задачи урока (занятия): \_\_\_\_\_

#### Карта наблюдения

№ п/п	Показатели оценки	Оценка (по 5-ой шкале)
<b>Подготовка к занятию</b>		
1.1	План-конспект, его анализ и оценка	
1.2	Подготовка места занятия /оборудование, инвентарь/	
1.3	Физкультурная форма обучающихся и внешний вид учителя (инструктора)	
<b>Проведение подготовительной части занятия</b>		
2.1	Оценка постановки учителем (инструктором) задач	
2.2	Вводно-организующие и установочные действия	
2.3	Содержание общей и целенаправленность специальной разминки	
2.4	Рациональность затрат времени	
<b>Проведение основной части занятия</b>		
3.1	Оправданность и степень реализации намеченных задач урока (занятия)	
3.2	Рациональность применения однонаправленного или комплексного урока, способов организации учащихся	
3.3	Последовательность выполнения неоднородных разделов основной части урока (занятия)	
3.4	Оценка методики обучения (в том числе применение специальных и подводящих упражнений, индивидуального подхода)	
3.5	Оценка методики воспитания физических способностей (качеств)	
3.6	Общая и моторная плотность, характеристика и методика регулирования нагрузки	
<b>Проведение заключительной части занятия</b>		
4.1	Восстановительная направленность, содержание и целенаправленность использования упражнений	
4.2	Подведение итогов урока (занятия) (умение подводить итоги, ориентировать учащихся на очередные задачи)	
4.3	Домашнее задание (содержание, рекомендации по самоподготовке, срок выполнения и проверки)	
4.4	Продолжительность, ориентировка на предстоящие занятия по иному предмету, своевременность окончания урока (занятия)	
<b>Итого</b>		

**Заключение**(проанализировать действия проводящего занятие по каждому из блоков карты наблюдения, дать рекомендации по совершенствованию занятия)

Подпись анализируемого \_\_\_\_\_

**Протокол хронометрирования урока (занятия) в \_\_\_\_\_ классе (группе)**

Дата проведения \_\_\_\_\_ место проведения \_\_\_\_\_

Урок (занятие) проводил \_\_\_\_\_

Задачи:

- 1.
- 2.
- 3.

Присутствовало: \_\_\_\_\_

Наблюдение проводилось за обучающимися:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_

Хронометрирование проводил: \_\_\_\_\_

Виды деятельности	Показатели секундомера	Объяснение и показ	Выполнение упражнений	Вспомогательные действия	Отдых	Пауза
Подготовит. часть	00.00					
.....	.....					
.....	.....					
Основная часть						
.....	.....					
.....	.....					
Заключит. часть						
.....	.....					
.....	.....					
Итого						

Части занятия	Общая плотность (%)	Моторная плотность (%)
Подготовительная		
Основная		
Заключительная		
Занятия в целом		

Провести анализ общей и моторной плотности урока (занятия) с учетом положений учебно-методической литературы.

Руководитель практики от профильной организации: \_\_\_\_\_  
(подпись) (Ф.И.О.)

**Протокол  
измерения частоты сердечных сокращений на уроке (занятии)**

Дата проведения: \_\_\_\_\_

Наблюдение проводилось за обучающимся: \_\_\_\_\_  
(Ф.И.О.)

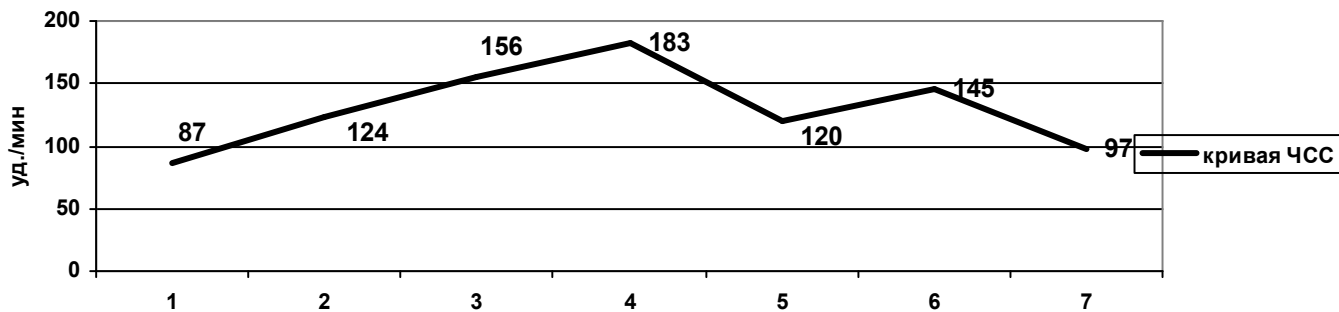
Частота сердечных сокращений (ЧСС) обучающегося в покое: \_\_\_\_\_ ударов в минуту

Задачи:

- 1.
- 2.
- 3.

№ п/п	Виды деятельности	Время измерения ЧСС, части занятия	ЧСС за 10 с.	ЧСС за 1 мин.	Примечание
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					

Физиологическая кривая показателя физической нагрузки



Заключение: распределение физической нагрузки по частям занятия, пояснить реакцию организма обучающегося на учебные задания по данным ЧСС

Измерения провел студент: \_\_\_\_\_  
(Ф.И.О.)



ПРИЛОЖЕНИЕ П  
*Образец плана  
физкультурно-оздоровительной  
и спортивно-массовой работы  
на период практики*

**План физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы на период практики**

№	Наименование мероприятия	Срок проведения	Ответственный за проведение	Место проведения	Кол-во участников

Руководитель практики от профильной организации: \_\_\_\_\_  
(подпись) (Ф.И.О.)

Согласовано:  
Руководитель практики от  
профильной организации  
\_\_\_\_\_ (ФИО)

Утверждаю:  
Руководитель  
(указать наименование  
профильной организации)  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
(ФИО)

### Положение о проведении физкультурно-спортивного или спортивно-массового мероприятия

1. Цели и задачи  
Соревнования проводятся с целью ....
2. Время и место проведения  
Отметить где, когда и в каких спортивных залах или на базах проводятся соревнования.
3. Руководство  
Отметить, кто осуществляет общее и непосредственное руководство соревнованиями.
4. Участники соревнований  
Указать условия участия в соревнованиях (какие команды допускаются, состав команды и т. д.)
5. Условия проведения соревнований  
Отметить по каким видам проводятся соревнования, программа (подробно расписать), зачет.
6. Определение победителей  
Отметить как определяются победители (в зависимости от программы соревнований по виду спорта).
7. Финансирование  
Указать источник финансирования (при наличии).
8. Награждение  
Отметить как осуществляется награждение победителей (победители, призеры в личном первенстве) награждаются дипломами, призами и т. д.
9. Заявки  
Указать время и место подачи заявок  
Примечание. Данное положение является вызовом на соревнования.  
Справки по тел.

ОТЧЕТ

о проведении физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия

ОТЧЕТ

о проведении \_\_\_\_\_  
(наименование физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия, вид спорта)

проходившего с \_\_\_\_\_  
сроки проведения

1. Состав участников

количество команд \_\_\_\_\_ общее количество участников \_\_\_\_\_ чел.  
участвовали: юноши: \_\_\_\_\_ чел., девушки \_\_\_\_\_ чел.

2. Результаты соревнований

Победители командного первенства:

Место	Команда
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Победители личного первенства:

Место	Ф.И.О. участников
Юноши:	
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Девушки:	
_____	_____
_____	_____
_____	_____

3. Предложения и замечания

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Гл. судья: \_\_\_\_\_  
(подпись) (ФИО)

Руководитель практики от профильной организации: \_\_\_\_\_  
(подпись) (ФИО)

**Конспект воспитательного мероприятия**

Дата проведения \_\_\_\_\_ Место проведения \_\_\_\_\_

Тема: \_\_\_\_\_

Цели: \_\_\_\_\_

Задачи:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

Используемая литература

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

План мероприятия

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

Ход беседы (тезисы).

Руководитель практики от профильной организации: \_\_\_\_\_  
(подпись) (Ф.И.О.) \_\_\_\_\_

**Заключение по практике студента**

---

*(Ф.И.О. обучающегося, группа)*

1. Количество просмотренных уроков (занятий).
2. Количество проведенных уроков (занятий) \_\_\_\_\_ частей уроков (занятий) \_\_\_\_\_
3. Перечислить физкультурно-оздоровительные или спортивно-массовые мероприятия
4. Раскрыть содержание воспитательной работы, проведенной в период практики
5. Анализ организации физического воспитания в профильной организации
6. Характеристика выполнения других разделов индивидуального плана и пр.
7. Замечания и предложения по совершенствованию профессионально-педагогической подготовки студентов до практики и в процессе учебной практики в профильной организации.

Дата и подпись обучающегося

Учебное издание

УЧЕБНАЯ ПРАКТИКА: ОЗНАКОМИТЕЛЬНАЯ

Методические указания

Составитель: ГАЛАНОВА Светлана Сергеевна

Редактор Г. В. Кошкина

Подписано в печать 02.11.2021. Формат 60x84 1/16. Уч. изд. л. 2,2.

Объем данных 0,2 Мб. Заказ № 1127.

Федеральное государственное образовательное учреждение высшего образования «Чайковская государственная академия физической культуры и спорта» (ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)  
617764, Пермский край, г. Чайковский, ул. Ленина, 67, ауд. 201.

[www.chifk.ru](http://www.chifk.ru)