Подписано электронной подписью:
Вержицкий Данил Григорьевич
Должность: Директор КГПИ КемГУ
Дата и время: 2025-04-23 00:00:00
471086fad29a3b30e244c728abc3661ab35c9d50210dcf0e75e03a5b6fdf6436

Новокузнецкий институт (филиал)федерального государственного
бюджетного образовательного учреждения высшего образования
«Кемеровский государственный университет»
(НФИ КемГУ)
Кафедра теории и методики спортивных дисциплин

СОДЕРЖАНИЕ И ОРГАНИЗАЦИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПРАКТИКИ БАКАЛАВРОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Учебно-методическое пособие

Новокузнецк
МАОУ ДПО ИПК
2018

УДК 378.1 (075.8)
ББК 75.1я73
С57

Печатается по решению
редакционно-издательского
совета МАОУ ДПО ИПК

С57 Содержание и организация педагогической практики бакалавров физической культуры : учебно- методическое пособие / [сост. Л. Н. Макарова, Н. И. Ромашевская]. – Новокузнецк : МАОУ ДПО ИПК, 2018. – 95 с.

«Содержание и организация педагогической практики бакалавров физической культуры по направлению подготовки 44.03.01 профилю «Физическая культура» Учебно-методическое пособие

В учебно-методическом пособии представлены сведения об организации, перечне основных видов работ с описанием методики выполнения отчетной документации, балльно-рейтинговом оценивании результатов педагогической практики.

Данное пособие имеет целью в период обучения педагогической практики в общеобразовательной школе (спортивной школе) содействовать улучшению процесса методического обеспечения по выполнению специальных профессиональных заданий.

Предназначено для бакалавров, обучающихся на факультетах физической культуры по направлению подготовки 44.03.01Педагогическое образование профиль «Физическая культура»

УДК 378.1 (075.8)
ББК 75.1я73
НФИ КемГУ, 2018

Оглавление

Введение 5
Глава 1. Производственная практика в системе профессиональной подготовки бакалавра по направлению Педагогическое образование профиль «Физическая культура» 8
1.1. Цель и задачи производственной практики 8
1.2. Организация практики 11
1.2.1. Организационные вопросы практики 11
1.2.2. Особенности реализации практики для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья 12
1.3. Обязанности участников производственной практики 14
1.3.1. Права и обязанности практикантов 14
1.3.2. Обязанности группового руководителя от вуза 15
1.3.3. Обязанности руководителя практики от профильной организации (учителя физической культуры) 16
Глава 2. Содержание практики 18
2.1. Этапы практики 18
2.2. Компетенции, формируемые в результате прохождения педагогической практики 19
2.3. Рабочий график (план) практики. Задания и формы контроля практиканта 21
2.4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы практикантов 24
2.4.1. Подготовка к уроку 26
2.4.2. Методика проведения урока физической культуры 27
2.4.3. Характеристика содержания плана-конспекта урока 31
2.5. Характер физической нагрузки на уроке 39
2.5.1. Измерение частоты сердечных сокращений на уроке физической культуры 39
2.5.2. Хронометрирование урока физической культуры 40
2.6. Педагогический контроль на занятиях физической культурой 43
2.7. Взаимосвязь деятельности учителя и учащихся на уроке 45
2.8. Учет успеваемости и подведение результатов урока 48

2.9. Учебная литература и ресурсы «ИНТЕРНЕТ» практикантам для подготовки к урокам 50
Глава 3. Требования к результатам освоения содержания практики . 52
3.1. Методические указания по составлению отчётной документации 52
3.1.1. Разработки плана-конспекта урока..... 52
3.1.2. Разработки технологической карты занятия по физической культуре 57
3.1.3. Протокол учета пульсовых данных (ЧСС) на уроке физической культуры 62
3.1.4. Протокол хронометрирования урока физической культуры 64
3.1.5. Анализ урока физической культуры 68
3.1.6. Протокол оценки педагогических умений и навыков проведения контрольного урока физической культуры в образовательном учреждении 71
3.2. Требования к защите отчета 75
3.2.1. Структура отчёта: 75
3.2.2. Защита отчёта..... 76
3.3. Критерии оценки деятельности студентов на педагогической практике 77
3.3.1. Критерии оценивания компетенций педагогической практики..... 77
3.3.2.Балльно-рейтинговая система оценивания деятельности практикантов 80
Литература..... 84
Приложения..... 85

Введение

В соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование профиль «Физическая культура» обязательным разделом основной образовательной программы бакалавриата является «Производственная практика», которая представляет собой вид учебных занятий, непосредственно ориентированных на профессионально-практическую подготовку обучающихся, т.к. проходит в условиях, максимально приближенных к профессиональной деятельности.

Производственная практика является формой организации учебного процесса, позволяющей студентам познакомиться с будущей профессиональной деятельностью, овладеть профессиональными умениями и навыками, опытом педагогической работы. Это звено профессионально-педагогической подготовки студентов факультета физической культуры, которое позволяет органически связать обучение, осуществляемое в различных формах аудиторных занятий по дисциплинам теоретического цикла, и занятий, проводимых по циклу спортивно-педагогических дисциплин в рамках учебной практики с практической деятельностью студентов по реализации усваиваемых знаний, умений и навыков в выполнении профессиональных функций специалиста физической культуры. Интегрируя в своем содержании основные компоненты целостной структуры осваиваемой профессии, производственная практика в школе обеспечивает логическую завершенность профессиональной подготовки бакалавра. Производственная практика как дисциплина учебного плана относится к базовой части учебного цикла — Б2. Содержание разделов педагогической практики соотносится с содержанием дисциплин, изучаемых студентами в процессе обучения: «Теория и методика физической культуры», «Теория и методика обучения предмету «Физическая культура», «Педагогика», «Психология», «Спортивные игры», «Физиология», «Легкая атлетика», «Лыжный спорт», «Гимнастика» и др.

Основным содержанием практики студентов факультетов физкультурного профиля является выполнение практических учебных, учебно-исследовательских, научно-исследовательских, педагогических, творческих заданий в образовательных организациях общего типа или учреждениях дополнительного физкультурного образования, соответствующих характеру будущей профессиональной деятельности. Организация и содержание педагогической практики направлены на интеграцию теоретической, профессионально-практической, учебной и научно-исследовательской деятельности студентов.

Сложность прохождения практики состоит в ее многокомпонентности, где необходимо соединить воедино знания и умения по многим дисциплинам, научиться эффективно применять их в различных педагогических ситуациях. Кроме того, в течение всего периода практики необходимо вести рабочую документацию, а по ее окончании подготовить комплекс отчетной документации для получения итоговой оценки. Особые затруднения наблюдаются в оформлении отчетной документации по таким разделам, как разработка документов планирования, составление конспектов уроков, педагогический анализ урока по физической культуре. Не меньшие затруднения вызывает составление документов по организации внеурочных форм работы со школьниками. Одной и задач данного пособия является оказание помощи обучающимся в преодолении указанных сложностей при прохождении производственной практики.

При определении цели и задач, содержания, организации и этапов проведения практик учитывались:

1) современные тенденции совершенствования системы высшего образования;

2) особенности учебного плана факультета, обусловленные основными положениями концепции многоуровневого высшего педагогического образования;

3) определяемый требованиями ФГОС ВО уровень подготовленности студентов разных курсов по изучаемым циклам учебных дисциплин;

4) типовая структура и содержание педагогической деятельности бакалавра профиля Физическая культура;

5) возможности реализации содержания программы в условиях современной системы обучения и воспитания детей школьного возраста.

При изложении материала особое внимание уделялось процессу формирования профессиональных компетенций бакалавров и их готовности к трудовой деятельности.

Материалы учебного пособия разработаны в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изм.);
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2013 г. № 1367 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования — программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры»;
- Приказом Министерства образования Российской Федерации от 25 марта 2003 г. № 1154 «Об утверждении Положения о порядке проведения практики обучающихся образовательных учреждений высшего профессионального образования»;
- Образовательным стандартом высшего образования ФГОС ВО;
- Положением о порядке проведения практики обучающихся по программе высшего образования Кемеровского государственного (Введено в действие 02.03.2015 года).

Глава 1. Производственная практика в системе профессиональной подготовки бакалавра по направлению Педагогическое образование профиль «Физическая культура»

1.1. Цель и задачи производственной практики

В системе высшего физкультурно-педагогического образования производственная практика является основой для приобретения соответствующих навыков и умений в будущей профессиональной деятельности.

Целью производственной практики является содействие качественной подготовке обучающихся к самостоятельному и творческому выполнению основных профессиональных функций учителя физической культуры (тренера) в реальных условиях «производственной» действительности, формированию профессионально значимых компетенций будущего бакалавра в соответствии с современными требованиями к работникам этого профиля, развитию интереса к избранной профессии.

Исходя из цели, определены следующие общие задачи всей системы производственной практики:

- ознакомление обучающихся с системой, реальными условиями и состоянием работы по физической культуре в современной общеобразовательной школе; передовым педагогическим опытом;
- закрепление, расширение, углубление и проверка действенности знаний, умений и навыков, приобретаемых студентами по изучаемым теоретическим и практическим дисциплинам, формирование умения применять усвоенное для решения конкретных задач профессиональной деятельности;
- формирование системы профессионально-педагогических знаний, умений и навыков организации и проведения в качестве учителя (тренера) физической культуры и педагога-воспитателя практикуемых в современной школе форм учебно-воспитательной и оздоровительной работы с учащимися;

- содействие накоплению студентами опыта педагогической деятельности, развитию творческих начал в выборе средств и методов обучения и воспитания учащейся молодёжи, проявлению коммуникативных, конструктивных и организаторских умений.

Возможность реализации цели и общих задач обусловлена полнотой содержания программ практики, включающей разделы, отражающие основные компоненты деятельности учителя физической культуры в школе; проведение уроков физической культуры; работу организационную, учебно-методическую, по классному руководству, учебно-исследовательскую и внеклассную по физической культуре.

Структура производственной практики бакалавров профиля «Физическая культура» имеет поэтапный характер. В качестве основных выделены три этапа:

- педагогическая практика (3 курс);
- практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности (4 курс);
- преддипломная практика (4 курс).

Для каждого из этапов определён комплекс взаимосвязанных задач, усложняющихся от курса к курсу с учётом предполагаемой динамики профессионального становления обучающегося. Соответственно от этапа к этапу и внутри каждого из них повышается трудность учебных заданий, требования к качеству их выполнения и проявлению студентами самостоятельности в решении педагогических задач. Система усложнений в действиях практикантов может быть представлена следующей схемой: от ознакомления и изучения посредством наблюдений – к практическому опробованию и выполнению заданий «по образцу»; от групповых форм работы – к индивидуальным; от выполнения функций помощника учителя (тренера) – к выполнению функций преподавателя с помощью учителя (тренера) или другого практиканта; и наконец – самостоятельно.

В связи с этим на 3 курсе студенты проходят практику в начальной школе (1-4 классах), которая включает раздел «Вожатый и организатор детского движения в образовательной организации или дет-

ском лагере»; на 4 курсе – в 5-10 классах, включая вопросы психологии и педагогики (классное руководство).

Внутри каждого из этапов выделены более мелкие структурные единицы (подэтапы) практики, различаемые по календарным срокам и предметному содержанию деятельности практикантов, ориентированной на специфику содержания конкретных разделов (традиционных: гимнастики, легкой атлетики, спортивных игр, лыжной подготовки, а также других) школьных учебных программ по предмету «Физическая культура».

Этапность проведения производственной практики обусловлена необходимостью:

1. дифференциации требований к студентам разных курсов с учетом их готовности к выполнению функций учителя (тренера);
2. обеспечения широты профессиональной эрудиции и компетентности будущих учителей в вопросах проведения различных форм занятий по основным разделам школьной программы с разными возрастными контингентами обучающихся;
3. обеспечения возможности использовать для решения конкретных практических задач обучения и воспитания школьников весь арсенал знаний, умений и навыков, накопленных студентами по курсу теории и методики физической культуры, педагогического физкультурно-спортивного совершенствования, психолого-педагогическим и медико-биологическим и спортивно-педагогическим дисциплинам;
4. обучения студентов проведению классно-урочных занятий и внеурочных (внешкольных) мероприятий по каждому из разделов программы предмета "Физическая культура» (программы СШ) с учетом, сложившейся в практике работы этих учреждений, последовательности их прохождения.

Качественное решение совокупности задач всех этапов производственной практики обеспечивает выполнение установленных федеральным государственным образовательным стандартом требований к минимуму содержания; уровню знаний и умений, которыми должен обладать бакалавр физической культуры по циклу дисциплин

предметной подготовки.

Далее в данном пособии будут рассмотрены организация и проведение педагогической практики на 3 курсе и вопросы, касающиеся раздела «Физическая культура».

1.2. Организация практики

1.2.1. Организационные вопросы практики

Основу организационной и учебно-методической деятельности студентов составляет работа, проводимая под контролем руководителей практики вуза и профильной организации, а так же самостоятельная работа.

Обучающиеся проходят практику на основании приказа о производственной практике, в котором указаны сроки и место прохождения практики. Студенты распределяются в профильные организации по 3-10 человек или индивидуально. Сроки практики определяются ФГОС ВО с учётом учебного плана по профилю обучения. Студенты готовятся к прохождению педагогической практики, изучая теоретико-методические основы организации и проведения уроков физической культуры и внеурочной деятельности; знакомясь с учебно-методической документацией, необходимой при работе учителю физической культуры.

Для прохождением практики составляется договор между проводящей (НФИ КемГУ) и профильной (СОШ, гимназия, лицей, СШ и др.) организациями, в котором указываются обязанности и ответственность сторон при прохождении производственной практики обучающимися НФИ КемГУ.

Организация и проведение производственной практики обучающихся осуществляется руководителями практики от факультета совместно с преподавателями кафедр педагогики и психологии и руководителями от профильной организации. Перед производственной практикой для обучающихся на факультете проводится установочная

конференция, где они знакомятся с руководителями практики, её основными задачами, содержанием и отчётной документацией. Для обеспечения педагогической поддержки и методической помощи практикантам преподавателями устанавливаются дни и время консультаций. После окончания практики в десятидневный срок студенты обязаны сдать и защитить отчётную документацию руководителю практики на факультете. На основании защиты отчёта по практике обучающимся ставится соответствующая оценка (зачёт с оценкой), которая выставляется в зачётную книжку руководителем практики от факультета. За несвоевременное представление отчёта оценка снижается на один балл. Оценка по производственной практике влияет на назначение стипендии. Студентам, не прошедшим производственную практику по уважительным причинам, практика может быть перенесена на другие сроки.

1.2.2. Особенности реализации практики для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Согласно «Методическим рекомендациям по организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в ОО ВО, в том числе оснащенности образовательного процесса» от 08.04.2014 г. № АК-44/05вн в НФИ КемГУ при организации всех видов практики создана безбарьерная среда и учтены потребности следующих категорий инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья: с нарушениями зрения, с нарушениями слуха, с ограничениями двигательных функций. При определении мест производственной практики для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья учитываются рекомендации медико-социальной экспертизы, отраженные в индивидуальной программе реабилитации инвалида, относительно рекомендованных условий и видов труда.

При необходимости для прохождения практики создаются специальные рабочие места в соответствии с характером нарушений, а

также с учетом профессионального вида деятельности и характера труда, выполняемых обучающимся-инвалидом трудовых функций. В случае необходимости за каждым обучающимся-инвалидом, обучающимся с ограниченными возможностями здоровья закрепляется обучающийся-волонтер, входящий в группу по прохождению практики, с целью оказания помощи при передвижении в зданиях предприятия, на базе которого проходит практика (помощь носит такой же характер, как и в рамках образовательного процесса в течение учебного года).

Консультирование инвалидов, обучающихся с ограниченными возможностями здоровья по вопросам организации и проведения всех видов практики при необходимости осуществляется при помощи электронной почты, телефонной связи и т.д.

На основании Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года устанавливается (п. 2 ст. 34), что обучающиеся имеют право на предоставление условий для обучения с учетом особенностей их психофизического развития и состояния здоровья. Для обеспечения инклюзивного образования инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование» разрабатываются индивидуальные учебные планы, учитывающие соответствующие ограничения обучающихся. База практики подбирается

Особенности реализации программы производственной практики для инвалидов и людей с ограниченными возможностями здоровья зависит от состоянии их здоровья и конкретных проблем, возникающих в каждом отдельном случае.

- При организации образовательного процесса для слабослышащих студентов от руководителя практики требуется особая фиксация на собственной артикуляции. Говорить следует немного громче и четче.

- Требуется уделять повышенное внимание специальным профессиональным терминам, а также к использование профессиональной лексики. Для лучшего усвоения слабослышащими специальной

терминологии необходимо каждый раз писать используемые термины и контролировать их усвоение.

- В процессе обучения рекомендуется использовать разнообразный наглядный материал, компьютерные мультимедийные презентации.

- В процессе работы со слабовидящими студентами педагогическому работнику следует учитывать, для усвоения информации слабовидящим требуется большее количество повторений и тренировок по сравнению с лицами с нормальным зрением.

- Информацию необходимо представлять в том виде, в каком ее мог бы получить слабовидящий обучающийся: крупный шрифт (16 - 18 пунктов). Следует предоставить возможность слабовидящим использовать звукозаписывающие устройства и компьютеры.

- В работе с маломобильными обучающимися предусматривается возможность консультаций посредством электронной почты.

Педагогическая практика для инвалидов проводится в образовательных учреждениях и ДЮСШ, соответствующих их состоянию здоровья. Слабослышащие обучающиеся проходят практику в МКС(к) « Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа – интернат № 38 второго вида» г. Новокузнецка. Многие студенты с ограниченными возможностями здоровья проходят практику по месту своей работы или в ДЮСШ по месту своих спортивных тренировок.

1.3. Обязанности участников производственной практики

1.3.1. Права и обязанности практикантов

В ходе организации и прохождения педагогической практики студент-практикант имеет право:

- обращаться к руководителю практики Университета, руководителю практики по направлению подготовки, администрации и сотрудникам образовательной организации за помощью по всем вопросам, возникающим в ходе практики;

- вносить аргументированные предложения по совершенствованию процесса организации практики;

- участвовать в работе конференций, совещаний, семинаров, в мероприятиях, проводимых в образовательной организации, связанных с педагогической практикой.

В процессе производственной практики практикант обязан:

- подчиняться правилам внутреннего распорядка школы, распоряжениям администрации, руководителей и методистов практики;
- своевременно и качественно выполнять все виды работ, предусмотренных программой практики;
- тщательно готовиться к проведению уроков и внеклассных мероприятий;
- активно участвовать в просмотре, разборе, обсуждении и оценке проводимых другими практикантами уроков, физкультурно-оздоровительных, спортивных и воспитательных мероприятий; участвовать в собраниях и методических занятиях, проводимых руководителями практики;
- в установленные сроки отчитываться за проделанную работу, предъявляя руководителям практики отчетную документацию;
- ежедневно находиться в школе (распределение времени и выполнение различных видов работы и конкретных заданий определяется методистом и учителем физической культуры).

1.3.2. Обязанности группового руководителя от вуза

- Принимает участие в конференциях и инструктивно-методических совещаниях, проводимых на факультете по вопросам содержания и организации практики;

- знакомит работников базовой школы с задачами педагогической практики студентов и содержанием ее программы;

- организует, контролирует и оценивает работу бригады практикантов; совместно с учителем распределяет практикантов по классам и определяет им конкретные задания в соответствии с программой

практики и общешкольным планом работы по физическому воспитанию;

- оказывает практикантам практическую помощь в составлении всех видов плановой, учетной и отчетной документации, организации и проведении учебных занятий, и внеклассных мероприятий, подготовке к выступлениям на совещаниях и конференциях;

- организует просмотр и обсуждение в бригаде учебных занятий и внеклассных мероприятий, проводимых практикантами, оценивает качество их проведения;

- организует и проводит инструктивно-методические занятия и собрания бригады по вопросам практики;

- организует совместно с учителем физической культуры и классными руководителями посещения практикантами педагогических советов школы, совещаний районных (городских) методических объединений учителей физической культуры, просмотр открытых уроков;

- проверяет и утверждает всю учебную и отчетную документацию практикантов бригады;

- организует и проводит итоговое собрание в школе по обсуждению результатов практики и оценке работы практикантов;

- организует сдачу практикантами бригады отчетной документации факультетскому руководителю практики; сдает свой собственный отчет о проведении практики и характеристики каждого практиканта, составленные совместно с учителем физической культуры и классным руководителем базовой школы, с выставлением оценки за практику;

- составляет отчет по итогам всех видов практики.

1.3.3. Обязанности руководителя практики от профильной организации (учителя физической культуры)

- Отвечает совместно с групповым руководителем вуза за качественное выполнение программы практики по разделам работы по

физическому воспитанию учащихся;

- участвует в инструктивно-методических совещания по вопросам педагогической практики, установочной и итоговой конференциях;

-. знакомит студентов с основными задачами, содержанием, формами работы по физическому воспитанию учащихся школы, условиями ее проведения;

- обеспечивает ознакомление практикантов с документами планирования, учета и отчетности в работе по физическому воспитанию;

- передает студентам свой педагогический опыт через демонстрацию уроков, внеклассных мероприятий с последующим их анализом;

- определяет совместно с методистом конкретные задания для каждого практиканта по учебной и внеклассной работе;

- консультирует студентов по всем вопросам работы по физическому воспитанию, оказывает непосредственную помощь в организации и проведении ими различных форм работы;

- несет ответственность за обеспечение техники безопасности на проводимых студентами занятиях;

- участвует в подведении итогов практики, обсуждении и оценке работы практикантов, оформлении совместно с классным руководителем и методистом бригады характеристик студентов.

Глава 2. Содержание практики

2.1. Этапы практики

Содержание практики определяется рабочей программой по производственной практике.

В содержании практики выделяют 3 этапа: мотивационно-подготовительный, инструментально-технологический и рефлексивно-аналитический.

1. Мотивационно-подготовительный этап начинается:

- собеседованием практиканта с работниками базовой школы: директором или его заместителем, учителем физической культуры, классным руководителем прикрепленного к практиканту класса;
- проведением инструктажа по технике безопасности, пожарной безопасности, требованиям охраны труда и ознакомления с правилами внутреннего распорядка;
- знакомством с нормативной документацией образовательного учреждения (государственный образовательный стандарт, устав, текущая документация и пр.);
- планированием учебной деятельности практиканта на весь период практики;
- знакомством с материально-технической базой (спортивным инвентарём) школы.

2. Инструментально-технологический этап предусматривает непосредственное выполнение практикантами учебно-воспитательного процесса по физической культуре и внеурочной деятельности:

- изучение под руководством учителя документов планирования работы по физическому воспитанию в школе (рабочей программы по физической культуре;
- просмотр уроков физической культуры, проводимых учителем школы с последующим их обсуждением;

- просмотр уроков, проводимых практикантами, с выполнением педагогических наблюдений за отдельными сторонами учебно-воспитательного процесса и последующим анализом;

- разработка поурочных планов-конспектов (технологических карт) проведения уроков физической культуры в прикрепленном классе;

- проведение уроков физической культуры;

3. Рефлексивно-аналитический этап производственной практики включает в себя подготовку отчетной документации, проведение самоанализа собственной педагогической деятельности и представление отчета руководителю практики.

2.2. Компетенции, формируемые в результате прохождения педагогической практики

Педагогическая практика на 3 курсе формирует компетенции:

ПК-1 - готовность реализовать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов;

ПК-2 - способность использовать современные методы и технологии обучения и диагностики;

ПК-3 - способность решать задачи воспитания и духовно-нравственного развития обучающихся в учебной и внеучебной деятельности;

ПК-4 - способность использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемого предмета;

ПК-5 - способность осуществлять педагогическое сопровождение социализации и профессионального самоопределения обучающихся;

ПК-6 - готовность к взаимодействию с участниками образовательного процесса;

ПК-7 - способность организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать активность и инициативность, самостоятельность обучающихся, развивать их творческие способности;
СПК-3 - способность ориентироваться в базовых и новых физкультурно - спортивных видах для реализации профессиональной образовательной деятельности в сфере физической культуры и спорта;
СПК-4 - готовность применять современные методики и технологии в области физической культуры, необходимые для обучения двигательным действиям, совершенствования физических качеств и двигательных способностей обучающихся в образовательном процессе.

В результате прохождения педагогической практики студент должен:

Уметь:

- осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования (в соответствии с профилем профессиональной подготовки); планировать и проводить учебные занятия;
- разрабатывать и реализовывать программы по дисциплине «Физическая культура» в рамках основной общеобразовательной программы;
- применять современные педагогические технологии реализации компетентностного подхода и методы дифференцированного и развивающего обучения.

Владеть:

- методикой реализация программ развития учебных действий, способами организации профессионального взаимодействия со всеми участниками образовательного процесса и формирования толерантности поликультурного общения;
- навыками планирования и организации учебно-воспитательного процесса, ориентированного на достижение личностных, метапредметных и прдметных результатов обучения.

2.3. Рабочий график (план) практики. Задания и формы контроля практиканта

Руководителем от профилирующей кафедры (ТиМСД) НФИ КемГУ перед производственной практикой разрабатывается индивидуальное задание для обучающегося в форме рабочего графика (плана) по установленной форме и согласовывается с руководителем практики от профильной организации. В данном плане для практиканта определяются задания и сроки их выполнения.

Новокузнецкий институт (филиал)
федерального государственного бюджетного образовательного
учреждения высшего образования
«Кемеровский государственный университет»

Рабочий график (план) практики

Обучающийся_____
ФИО

Направление подготовки _____

Направленность (профиль) подготовки _____

Курс ___ Форма обучения _____ Группа_____

Факультет _____

Вид, тип, способ прохождения практики _____
(производственная, стационарная)

Срок прохождения практики: с_____ по _____

Профильная организация (название), город_____
_____

Руководитель практики от организации (вуза), контактный телефон

_____

Руководитель практики от профильной организации, контактный телефон_____

ФИО полностью, должность

Индивидуальное задание на практику: _____

_____

_____

_____

Рабочий график (план) практики

Содержание практики (содержание работ)	Срок выполнения	Планируемые результаты
Подготовка отчета		

Проведен инструктаж практиканта технике безопасности, пожарной безопасности, требованиям охраны труда, ознакомление с правилами внутреннего распорядка «_____»_____20_____г.

_____

ФИО инструктирующего от организации (вуза), должность, подпись

Проведен инструктаж практиканта технике безопасности, пожарной безопасности, требованиям охраны труда, ознакомление с правилами внутреннего распорядка «_____»_____20_____г.

_____

ФИО инструктирующего от профильной организации, должность, подпись

Индивидуальное задание, содержание и планируемые результаты практики согласованы

«____»_____20____г.

_____/_____

подпись руководителя практики от профильной организации, расшифровка подписи

«____»_____20____г.

_____/_____

подпись руководителя практики от организации (вуза), расшифровка подписи

Задание принял к исполнению:

_____/_____«____»_____20____г.

подпись обучающегося, расшифровка подписи

Задания студентам на практику формируются в соответствии с программой практики (таблица 1).

Таблица 1

Задания и формы контроля педагогической практики

Компе-тенция	Задание	Форма контроля
ПК-1	Изучение тематического плана работы учителя физической культуры	Ксерокопия тематического плана уроков (тренировочных занятий) физической культуры в прикреплённом классе (спортивной группе).
ПК-3	Разработать план-конспект 1 урока с корректировкой для одной из категорий обучающихся с ограниченными возможностями здоровья	План-конспект 1 урока с корректировкой для одной из категорий обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
ПК-2	Учёт пульсовых данных обучающегося на уроке физической культуры.	Протокол учета пульсовых данных (с составлением пульсограммы) обучаемого на уроке физической культуры
ПК-4	Хронометрирование урока физической культуры	Протокол хронометрирования урока физической культуры

	Посещение одного урока физической культуры практиканта – сокурсника (или учителя физической культуры) с проведением анализа	Анализ урока (тренировочного занятия) по предложенной схеме
СПК-3	Разработка и проведение уроков физической культуры (10 уроков)	Планы-конспектов (технологические карты) уроков (тренировочных занятий) физической культуры (9 планов - конспектов
СПК-4	Проведение контрольного урока	Протокол оценки педагогических умений и навыков проведенного контрольного урока физической культуры (с анализом урока методом рейтинга)

2.4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы практикантов

В поурочном плане на четверть конкретно указываются используемые средства и отражена методика обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств. Рабочие планы составляют в графической и текстовой форме. При их разработке необходимо придерживаться следующих методических рекомендаций:

- учитывать структурную сложность упражнений и готовить учащихся к их овладению;
- проводить обучение технике конкретного двигательного действия на одном или нескольких смежных занятиях, не допуская перерывов;
- строить учебный процесс, используя в максимальной степени эффект положительного переноса умений, навыков и исключая отрицательный перенос.

В поурочном плане, как правило, отражают содержание основной части урока, материал же подготовительной и заключительной частей урока представляется в конспектах уроков. Поурочный план имеет две части: объяснительную записку к плану и само содержание плана. В объяснительной записке должны быть четко определены и сформулированы задачи работы на четверть, указаны объемы изучения материала, приведены контрольные упражнения.

Урок физической культуры (по учебной дисциплине «Физическая культура») является основной формой физического воспитания, на котором решаются образовательные, оздоровительные, воспитательные задачи, а так же задачи обеспечения безопасности жизнедеятельности детей в современных условиях.

Урок физической культуры может включать в себя базовый и вариативный компоненты.

К базовому компоненту относится учебный материал, используемый для формирования знаний и представлений; двигательных умений и навыков; развития физических качеств.

Школа, независимо от ее типа и формы собственности должна обеспечить условия для освоения базового компонента всеми учащимися с учетом состояния их здоровья и других индивидуальных особенностей (недостаточное физическое развитие, избыточная масса тела, недостаточная физическая подготовленность).

Вариативный компонент - включает материал по развитию физических качеств, а так же примерные домашние задания, что облегчает дифференцированный подход к решению задач физического воспитания.

Конкретное содержание используемого вариативного компонента в каждом классе определяет учитель, проводящий урок физической культуры с учетом:

- материально-технической базы;
- своих творческих возможностей;
- состояния здоровья, физической подготовленности учащихся;
- интересов занимающихся;

2.4.1. Подготовка к уроку

Решение комплекса педагогических задач урока возможно лишь при тщательной подготовке самого урока учителем к его проведению и школьников к участию в нем.

В подготовке урока различают два последовательных этапа. Целью первого этапа является формулировка задач; разработка содержания урока с учетом результатов предыдущих занятий; определение дозировки упражнений; выбор методов и методических приемов; определение способов передвижений в зале; подбор дидактического материала (наглядных пособий, обучающих карточек, инвентаря и оборудования); определение рациональной структуры урока; разработка содержания домашних заданий. Второй этап подготовки к уроку выражается в практических действиях по подготовке мест выполнения учебных заданий, определению зон расположения инвентаря и оборудования, расстановке снарядов.

Предварительно проверяется техническая исправность снарядов, мелкого инвентаря, мест приземления в секторах для прыжков, состояние матов, беговых дорожек и покрытия игровых площадок. Особое внимание уделяется проверке прочности крепления гимнастических снарядов. Места расположения инвентаря и дидактического материала должны исключать неоправданные потери времени при их использовании.

Подготовка учителя включает: изучение специальной методической литературы по теме урока с целью использования достижений педагогической науки и практики; написание конспекта урока; личную двигательную подготовку; речевую подготовку (произношение команд, подсчеты, описание правил игры и т. д.). Подготовку мест занятий, оборудования, инвентаря, проверку их санитарно - гигиенического состояния, наличие соответствующей формы одежды и обуви у учителя.

Подготовка учащихся предполагает: наличие спортивной одежды и обуви; предварительное ознакомление с задачами, содержанием

предстоящего урока; выполнение домашнего задания; изготовление дидактического материала, который понадобится на уроке и др.

Для того, что бы убедиться в качественной подготовке учителя или практиканта к проведению урока следует уметь проанализировать разработанный ими конспект урока.

2.4.2. Методика проведения урока физической культуры

Значение и задачи. Урок физической культуры - основная форма систематического обучения учащихся физическим упражнениям. Специальной задачей урока физической культуры является обучение детей всех возрастных групп правильным двигательным навыкам и развитие физических качеств.

Значение урока физической культуры заключается в систематическом осуществлении взаимосвязанных оздоровительных, образовательных и воспитательных задач, выполнение которых обеспечивает физическое развитие, укрепление здоровья занимающегося, приобретение им правильных двигательных навыков, воспитание эмоционально-положительного отношения к физкультуре и спорту, всестороннее развитие его личности.

1. Содержание и структура урока физической культуры.

Содержание урока физической культуры составляют физические упражнения, обусловленные программой для каждой возрастной группы, выражающиеся в двигательной деятельности учащихся.

Существующая в настоящее время трехчастная структура предусматривает реализацию на уроках физической культуры физиологических, психических и педагогических закономерностей.

Это включение (постепенное) учащихся в основную деятельность; поддержание работоспособности на определенном уровне, снижение нагрузки, выравнивание функционального состояния и психологическая настройка на отдых или другой вид урока.

Следовательно, работоспособность распределяется на уроке неравномерно и представляет 4 уровня: предстартовое состояние, врабатываемость, устойчивое состояние, снижение работоспособности.

В соответствии с этим, уроки физической культуры состоят из трех взаимосвязанных частей: вводной (подготовительной), основной и заключительной. Для каждой части урока одинаково важное значение имеют все задачи - образовательные, воспитательные и оздоровительные. Выполнение указанных задач обеспечивает всестороннее воздействие на детей.

Типовая структура урока:

- Вводно-подготовительная часть (5-10мин)

Задачи: организовать учащихся, объяснить задачи урока, подготовить к предстоящей физической нагрузке в основной части урока.

Содержание: строевые упражнения (построения, перестроения), ходьба и ее разновидности, бег и его разновидности, общеразвивающие и подготовительные упражнения, игры с элементами строя.

- Основная часть (25-30 мин).

Задачи: изучение нового материала, повторение и совершенствование ранее изученного (теоретические сведения и двигательные умения и навыки), развитие физических качеств.

Содержание: ОРУ с предметами и без предметов, основные двигательные (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание), акробатические упражнения, упражнения на осанку, высокоинтенсивные игры.

- Заключительная часть (5-10 минут)

Задачи: постепенный переход из состояния повышенной активности в состояние, близкое к исходному; подготовка школьников к последующим урокам; подведение итогов урока, задать задание на дом, организованный переход к новым действиям.

Содержание: построение, интенсивная ходьба с постепенным замедлением, спокойные игры, дыхательные упражнения, слово учителя об итогах и домашнем задании.

Деление урока на части относительно. Каждый урок - это единое целое, элементы которого находятся в тесной взаимосвязи.

2. Типы уроков

В практике физического воспитания различают несколько типов уроков:

- вводный урок;
- урок изучения нового материала;
- урок закрепления и совершенствования пройденного материала;
- смешанный урок (комплексный);
- контрольный урок.

Вводный урок: проводят в начале учебного года или четверти (при необходимости). На этом уроке учитель знакомит школьников с задачами предстоящих занятий, рассказывает об основном содержании учебного материала в соответствии с программой, объясняет правила поведения в спортзале, требования к ученикам, их спортивной одежде и др.

Урок изучения нового материала: основное внимание уделяется еще незнакомым упражнениям. Двигательная активность на таком уроке не очень высокая.

Урок закрепления и совершенствования пройденного материала: основное внимание уделяется многократному повторению изученных движений в различных меняющихся условиях. Двигательная активность очень высокая.

Смешанный урок (комплексный): совмещается изучение нового материала с закреплением и совершенствованием пройденного. Наиболее характерен для физического воспитания младших школьников.

Контрольный урок: посвящается оценке успеваемости школьников по физической культуре. Как правило проводят в конце четверти или после прохождения разделов программы (лыжи, плавание, легкая атлетика и т.п.).

Виды уроков. В зависимости от использования средств физического воспитания уроки классифицируются по видам. Так выделяют уроки легкой атлетики, гимнастики, лыжной подготовки и т.д.

3. Методы организации учащихся на уроке.

При проведении уроков используют следующие методы организации:

Фронтальный метод применяется на каждом занятии, когда одно и то же упражнение выполняется всеми учениками одновременно при проведении ходьбы, бега, ОРУ. Учитель может давать указания и оценку только в общей форме, всем занимающимся.

Поточный способ - все выполняют упражнения "потоком", когда один занимающийся еще не закончил выполнение задания, а другой уже приступает к нему. Это могут быть упражнения с продвижением вперед (например, упражнения в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке).При этом таких потоков может быть 2-3.

Посменный способ заключается в том, что дети выполняют упражнения сменами, по несколько человек одновременно, остальные в это время наблюдают за товарищами.

В начале обучения, когда учитель должен контролировать действия каждого ученика, упражнения выполняются сменами по 2-3 человека.

По мере овладения движением количество детей в смене увеличивается.

Групповой способ - заключается в распределении учеников на 2-3 группы. Одна под наблюдением учителя разучивает новое упражнение, а другие самостоятельно по заданию учителя выполняют знакомые упражнения или играют. Затем дети меняются местами.

В процессе занятий может быть использован *индивидуальный метод*, когда каждый занимающийся самостоятельно выполняет данное ему задание под контролем учителя. В целях уточнения деталей общего для всех упражнения оно тоже выполняется индивидуально по вызову учителя (это одна из разновидностей индивидуального метода).

Использование каждого из указанных методов организации учеников на занятии зависит от задач, поставленных учителем, условий, в которых проводится занятие, возраста занимающихся.

Наиболее целесообразно при обучении детей смешанное использование разных методов организации, ведущее к повышению эффективности физкультурных занятий.

2.4.3. Характеристика содержания плана-конспекта урока

План-конспект является документом планирования педагогического процесса по физическому воспитанию на каждое занятие (урок).

1. Основные требования к плану-конспекту урока (занятия)

План-конспект представляет собой детализированный сценарий, всесторонне раскрывающий содержание (средства, нагрузку, методику) и организацию предстоящего занятия для решения конкретных педагогических задач. В связи с этим в плане-конспекте должны быть отражены следующие моменты:

Корректно сформулированные задачи урока.

- Полное содержание всех трех частей урока (подготовительной, основной и заключительной) с выделением основных, подготовительных и подводящих физических упражнений, в совокупности направленных на решение поставленных задач.
- Определена нагрузка по каждому используемому физическому упражнению (или их комплексу) и заданию.
- Обозначены методы и методические приемы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств.
- Указаны методы организации занимающихся (фронтальный, групповой и т. д.), а также способы построений, перестроений, смены мест занятий, отмечены особенности выполнения упражнений (связанные со спецификой предстоящей работы).
- Указаны действия учителя по управлению учебным процессом (предусмотрены варианты добавления заданий (упражнений) или ускорения процесса обучения с учетом степени овладения упражнениями).
- Отмечены приемы страховки, помощи и другие необходимые для проведения занятия организационно-методические действия, а

также оборудование и инвентарь.

Все перечисленное является типичным для современного занятия, поэтому должно быть тщательно продумано, осмыслено и отражено в плане-конспекте в письменной форме, особенно на этапе овладения методикой его разработки. При этом следует отметить, что стержневым, объединяющим все эти аспекты фактором является комплекс педагогических задач. Все остальное должно быть направлено на оптимальное решение поставленных задач.

2. Формулировка задач в плане-конспекте (постановка задач)

На каждом занятии занимающиеся должны получать новые знания, умения и навыки, должны видеть прогресс в физическом развитии и подготовленности. Это достигается путем постановки конкретных задач на каждое занятие. Все задачи подразделяются на три группы: образовательные, оздоровительные и воспитательные. При определении задач учитывается программное содержание, уровень физического развития и подготовленности учащихся, степень овладения двигательными действиями, условия проведения занятия.

Формулировка задач занятия должна быть информативной, отражающей деятельность преподавателя или тренера, а также конкретной и реальной с учетом определенных условий. При этом задачи должны быть предельно конкретными. Обязательно представлять задачи по обучению двигательным действиям как ведущие в системе основного и дополнительного образования школьников. Затем уточняются задачи по развитию физических качеств, воспитательные и по формированию знаний. Задачи уточняются с учетом готовности занимающихся к обучению на данном занятии. Количество задач может быть любым в зависимости от возможности их реализации, но минимально - две. Практика свидетельствует, что оптимальным будет следующее соотношение: две задачи на обучение двигательным действиям и одна на развитие какого-то физического качества. Формулировка задач занятия должна начинаться с глагола в повелительной форме. Например: формировать, учить, закреплять, развивать, оценить.

Образовательные задачи определяют содержание процесса обучения, позволяют предположить конкретный результат занятия. Но для этого задачи обучения должны быть предельно конкретными, точно отражающими этап процесса обучения двигательному действию и доступными для решения в рамках отдельного урока. Как известно, первый этап - этап начального разучивания. Следовательно, корректной будет формулировка задачи урока, начинающаяся со слов «ознакомить» и «учить». На этапе углубленного разучивания также для краткости можно опустить слово «углубленное», а задачу «формулировать» начальным словом - «продолжать учить». На третьем этапе, именуемом этапом закрепления и совершенствования, корректными будут формулировки задач, начинающиеся с этих слов, хотя чаще используется слово «совершенствование» (таблица 2).

Таблица 2

Формулировка задач на этапах обучения двигательным действиям

Этап начального разучивания	Этап углубленного разучивания	Этап закрепления и совершенствования
Сформировать представление о беге с высокого старта. Учить правильной работе рук в беге	Продолжать учить правильной постановке стопы, сохранять правильную осанку в беге	Совершенствовать умение быстро и плавно увеличивать скорость движения в стартовом разгоне

Таким образом, задачи, связанные с обучением двигательным действиям, рекомендуется формулировать начальными словами: на первом этапе - «ознакомить» и «учить», на втором - «продолжать учить», на третьем этапе - «закреплять» и «совершенствовать». После определяющих слов обязательно указываются те двигательные действия, которые подлежат освоению. К примеру, ознакомить с техникой выполнения броска мяча по кольцу двумя руками от груди или закреплять технику выполнения броска мяча по кольцу двумя руками от груди. Некоторые из образовательных задач нередко требуют бо-

лее конкретной детализации, особенно если осваивается техника сложных двигательных действий или их комбинации. Тогда целостное движение (комбинацию) рекомендуется расчленять на отдельные составляющие (элементы) и они поочередно разучиваются. В этих случаях в конкретных задачах урока указывается не целостное движение, а его часть. Например, учить технике выполнения движений ногами на задержке дыхания при плавании кролем на груди (раздел плавания).

В процессе формулировки задач по развитию физических качеств следует опираться на три смысловых слова: «развивать» (начальное слово), «физическое качество» (то, которое планируется развивать), «физическое упражнение» (при помощи которого оно будет развиваться). Например: развивать двигательную реакцию при выполнении стартовых ускорений, развивать силу мышц рук и плечевого пояса при подтягивании на высокой перекладине. Задачи по развитию физических качеств включаются только в том случае, если их решение обеспечивается целенаправленным воздействием упражнений на развитие конкретного физического качества.

Формулировка оздоровительных задач также должна фиксировать три отмеченных выше содержательных момента. Необходимо указывать направленность процесса и форму выполнения движений. Например: формировать правильную осанку при ходьбе (стоянии, беге), укреплять мышцы голеностопного сустава при различных видах ходьбы. Исключение при постановке задачи занятия хотя бы одного из этих моментов делает задачу неопределенной, некорректной и формальной.

Занятия физической культурой имеют большие возможности влияния на становление личности занимающихся. Эти возможности заложены в самом построении занятия, и если преподаватель управляет этим процессом, то он ставит воспитательные задачи. Воспитательные задачи указываются только в том случае, если для их решения в занятие включаются специальные мероприятия или выполняются конкретные упражнения. Кроме того, при постановке

данных задач необходимо учитывать направленность процесса и те средства, с помощью которых будут решаться эти задачи. Например: воспитывать смелость при выполнении старта с тумбочки в плавании, способствовать воспитанию коллективизма в игре «Защита крепости». Воспитательная задача хотя и может решаться в любой части урока, однако все-таки целесообразно на нее отводить время также и в основной части.

Как и оздоровительные, воспитательные задачи решаются в неразрывной связи с образовательными задачами на каждом занятии. Они могут планироваться в любой части урока, но нередко реализуются в процессе решения специфических задач физического воспитания. Поэтому в таких случаях специально для этого время не выделяется. Но ставить в плане-конспекте подобные задачи и добиваться их решения необходимо.

На современном этапе развития системы образования физическое воспитание школьников должно быть ориентировано на существенное повышение образовательной направленности. В связи с этим на занятиях целесообразно систематически планировать сообщение специальных знаний, формирование методических умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями, осуществлять элементарный самоконтроль и т. д.

Поставленные задачи должны соответствовать лимиту времени занятия, а формулировки должны быть настолько доступны занимающимся, чтобы они могли оценить уровень достижения поставленных преподавателем задач. Кроме того, конкретная формулировка задач позволит более глубоко разработать содержание занятия.

3. Систематизация содержания занятия

В соответствии с задачами определяется содержание каждой части занятия. Намечаются основные, подводящие и подготовительные упражнения, дозировка каждого упражнения с учетом задач занятия и уровня подготовленности. Определяются наиболее действенные методы обучения, методы активизации процесса фи-

зического воспитания, а также методы организации деятельности занимающихся. В содержании следует предусматривать осуществление контроля за качеством усвоения учебного материала, дополнительные индивидуальные и домашние задания.

Перед тем как расписать средства и методы занятия необходимо распределить время на решение каждой поставленной задачи.

Подготовительная часть занятия составляет 20-30 % от общего времени урока и должна способствовать организации занимающихся, подготовке организма к предстоящей нагрузке и выполнению упражнений для решения основных задач. В начале подготовительной части учитель создает мотивацию урока и организует детей, поэтому урок начинается с сообщений задач и перестроений. Упражнения подбираются такие, которые способствовали бы решению основных задач урока (то есть его основной части).

Основная часть занятия направлена на решение основных задач - изучение нового, повторение с целью совершенствования в выполнении пройденного материала, овладение двигательными умениями и навыками, развитие физических качеств, воспитание нравственных и волевых качеств. В связи с этим в содержание включаются ОРУ, специальные, подготовительные упражнения; ходьба, бег, метания, прыжки, лазания, упражнения в висах, акробатические упражнения и др. В основной части необходимо обеспечить высокий уровень физической нагрузки и максимально использовать имеющиеся возможности и условия для повышения результативности обучения и воспитания. В основной части средства должны быть представлены в виде блоков в соответствии с решаемыми задачами и отводимым временем. Порядок распределения блоков заданий и самих упражнений в блоках должен иметь определенную логическую последовательность, в основе которой лежит система их взаимовлияния с учетом положительного (отрицательного) переноса, а также взаимосвязи «нагрузка-отдых».

Заключительная часть занятия направлена на постепенный переход от напряженной работы к относительно спокойному состо-

янию. Время, отводимое на эту часть, составляет, как правило, 5-10% от общего времени на занятие. Например, при хорошей организации урока в школе затраты времени на проведение заключительной части составляют примерно 5 мин (3-4 мин на заключительную часть и подведение итогов, 1-2 мин на построение, сообщение задач урока, упражнения на внимание и др. затраты). Содержание зависит от содержания двух предыдущих частей и характера последующих занятий. В данной части необходимо предусмотреть регуляцию деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, обеспечить переход к новому виду деятельности. Для этого используется активный отдых; задания на переключение внимания; действия на коррекцию осанки; анализ и оценку знаний.

В заключительной части рекомендуется целенаправленно использовать упражнения на восстановление дыхания, внимания, расслабление, а также подвижные игры малой интенсивности. Такими средствами могут быть: чередующийся с ходьбой медленный бег, ходьба в сочетании с дыхательными упражнениями, различные виды фигурной маршировки, упражнения на внимание, расслабление, растягивающие упражнения и т.п. Содержанием данной части, кроме сказанного, являются такие типичные для физкультурных занятий компоненты, как уборка мест занятий, краткий анализ, сообщение домашнего задания и организованный уход из зала. Поэтому в конспекте должна быть представлена информация об итогах проведенного урока.

По необходимости в содержании заключительной части поясняется и конкретизируется домашнее задание с учетом решаемых задач занятия. Должны содержаться конкретные задания, решаемые в результате самостоятельных занятий физическими упражнениями. Например, для развития силы ног ежедневно выполнять приседание на одной ноге по 2 серии до отказа (на левой и правой) с 3-минутным интервалом отдыха. Такое задание, как правило, более понятно школьникам, а, следовательно, и продуктивно.

Содержание занятия необходимо дополнять ориентировочной

системой собственных действий, направленных на руководство деятельностью занимающихся на занятии. Особенно важным является выбор эффективных методов обучения и организации, а также дозировки упражнений. Дозировки упражнений обозначаются следующим образом: все передвижения в метрах или минутах; ОРУ, эстафеты, целостные двигательные действия (прыжки, метания) - количество раз; игры - время. При этом в записях нагрузка выражается по объему и интенсивности в совокупности.

Организационно-методические указания в конспекте характеризуют: методические приемы, используемые при обучении конкретным упражнением; методы обучения и методы активизации процесса физического воспитания; определение важных деталей техники; указания по предупреждению ошибок; методы организации занимающихся; порядок смены снарядов и мест занятий. Записи могут быть пояснены рисунком, чертежом. Качество организационно-методических указаний определяется по наличию и степени оправданности записей относительно методов организации занимающихся, планируемых интервалов отдыха, предполагаемой интенсивности и мощности работы, особенностей выполнения упражнений. Таким образом, в конспекте должны быть отражены методические вопросы организации и проведения занятия (организационно-методические указания).

В организационные указания занятия включаются методы организации занимающихся и указывается обеспечение страховки и помощи на занятии. Методы организации деятельности занимающихся используются для того, чтобы обеспечить благоприятные условия обучения для всех занимающихся. С этой целью используют различные методы: фронтальный, групповой, индивидуальный, круговой. Фронтальный способ применим в подготовительной и заключительной частях занятия, а в основной - при проведении игр, общеподготовительных упражнений, при обучении бегу, простым движениям. Основными вариантами фронтального метода являются попеременное, посменное и поточное выполнение упражнений все-

ми занимающимися (в парах, тройках). Групповой метод заключается в том, что весь состав занимающихся выполняет задание по группам с учетом уровня подготовленности, обученности. Индивидуальный метод предполагает выполнение заданий каждым учеником отдельно. Групповой, индивидуальный и круговой методы организации занимающихся используется в основной части занятия. Преподаватель варьирует методы организации в зависимости от поставленных задач и уровня подготовленности занимающихся.

В методических указаниях перечисляются методы обучения и методические приемы. Подбор методов осуществляется с учетом возраста, уровня подготовленности, степени овладения двигательным действием, сложности изучаемого движения и т. д. В процессе обучения используются две группы методов: специфические и общепедагогические. К специфическим методам относятся расчлененный и целостный методы. Расчлененный метод используется при обучении упражнениям повышенной сложности и в процессе совершенствования отдельных элементов техники. Целостный метод обучения применяется в процессе обучения простым по технике движений. Однако при использовании данного метода оказывается помощь, страховка и облегчаются условия. Группа общепедагогических методов включает словесные (названия упражнений, описание, объяснение, указания, распоряжение, команды и т. д.) и наглядные методы (показ упражнений, зрительные ориентиры, помощь и др.). Данные методы используются на первом этапе обучения двигательным действиям.

2.5. Характер физической нагрузки на уроке

2.5.1. Измерение частоты сердечных сокращений на уроке физической культуры

Физическая нагрузка определяется по динамике пульса. Правильно построенное занятие с достаточной степенью нагрузки харак-

теризуется его учащением после вводной части не менее чем на 20-25%, после ОРУ - не менее чем на 50%, после обучения основным движениям - не менее чем на 25%, после подвижной игры - до 70-90 и даже до 100%. В конце занятий пульс либо восстанавливается до исходного уровня, либо на 15-20% превышает его.

Наглядно иллюстрирует сдвиги пульса в процессе занятия физиологическая кривая. На горизонтальной оси откладывается время в минутах, на вертикальной - прирост пульса в процентах.

Определение *средней частоты* сердечных сокращений используется для выявления тренирующего эффекта физкультурного занятия. Этот показатель рассчитывается путем суммирования ЧСС по окончании вводной части, ОРУ, обучения основным движениям, подвижной игры, заключительной части и деления этой суммы на количество замеров.

Достижение такого уровня возбудимости пульса возможно при более широком включении в занятие бега, прыжков, подскоков, игр с мячом и др.

2.5.2. Хронометрирование урока физической культуры

Хронометрирование урока проводится с целью получения данных об общей моторной плотности урока, значительно уточняющих и углубляющих педагогический анализ урока

Выполняя задания, студент заполняет протокол хронометрирования, проводит расчет общей и моторной плотности (в процентах), представляет данные хронометрирования в графическом оформлении и делает письменный анализ плотности урока.

Хронометраж плотности урока рекомендуется выполнять вдвоём, один студент наблюдает и сообщает время, затраченное на тот или иной вид деятельности, другой фиксирует эти сведения в протоколе. Для наблюдения выбирают одного ученика, который добросовестно выполняет задания учителя.

Общие сведения об уроке следует записывать в протокол до начала урока. Дальнейшее веление протокола осуществляется непосредственно на уроке, причем заполняются только графы: «Виды деятельности» и «Время окончания действия». Секундомер включается со звонком. Хронометрирование проводится по скользящей стрелке секундомера. Обработка данных выполненного хронометрирования проводится после окончания урока.

По характеру работы в уроке Ф.К. различается несколько видов деятельности учителя и учащихся класса:

- «объяснение» (объяснение учителя и показ упражнений);
- «выполнение упражнений» (выполнение учащимися упражнений);
- «отдых» (ожидание учащимися выполнения очередного задания и отдых после выполнения упражнений);
- «организация» (построения, переход от одного вида занятий к другому, подготовка мест занятий, уборка оборудования и инвентаря, а также другие вспомогательные мероприятия).

Все эти виды деятельности входят в категорию рациональных затрат времени и определяют общую плотность урока.

При проведении урока могут быть случаи, когда затраты времени нельзя назвать рациональными, педагогически оправданными (опоздание класса к началу урока, окончание урока до звонка, затянувшаяся подготовка мест занятий, поиск инвентаря и др.) и в этом случае затраты времени определяются как «простой» и не входят в процент плотности.

Общая плотность урока - отношение рационально затраченного времени к общему времени урока умноженное на 100 %.

Общая плотность полноценного урока физической культуры должна теоретически приближаться к 100 %. К снижению общей плотности урока приводят следующие причины:

- неоправданные простои на уроке (опоздание, несвоевременная подготовка мест занятий и инвентаря и т.п.);
- неподготовленность учителя к уроку, непродуманные содержа-

ние и организация урока, приводящие к неизбежной потере времени;

- излишняя и малоэффективная словесная информация для учащихся на уроке;

- нерациональное использование времени из-за неудовлетворительной дисциплины занимающихся, многократных повторений объяснения, команд и распоряжений учителем, замечаний ученикам.

$$ОП = \frac{t_{ад} \cdot 100\%}{t_{общ}} \qquad (1)$$

$$ОП = \frac{44_{мин} \cdot 100\%}{45_{мин}} = 97{,}7\%$$

Моторная плотность урока - отношение времени, затраченного на выполнение упражнений к общему времени урока умноженное на 100%.

В зависимости от типа и двигательной направленности урока показатели моторной плотности могут изменяться и достигать высокого уровня, особенно в старших классах. Так, моторная плотность на уроках по спортивным играм будет выше моторной плотности на уроках по гимнастике. На уроках совершенствования техники движений и развития двигательных качеств она может достигать 70-80%. Для уроков направленных на обучение двигательным действиям и формирование знаний, требующих значительных затрат времени на умственную деятельность учащихся, моторная плотность может находиться на уровне 50 % и ниже. Оптимальной моторной плотностью на роках физической культуры в IV-V классах принято считать плотность, равную 37-49 %; в VI-VIII классах - 50-60 %; в старших - до 70 %.

$$МП = \frac{t_{фу} \cdot 100\%}{t_{общ}} \qquad (2)$$

$$МП = \frac{35_{мин} \cdot 100\%}{45_{мин}} = 67{,}7\%$$

При вычислении плотности урока время необходимо перевести в секунды.

Подводя итоги хронометрирования урока, следует помнить, что сумма всех рациональных и непроизводительных затрат времени должны равняться общей продолжительности урока.

На основе данных хронометрирования дается всесторонний письменный анализ деятельности учителя, и оценка его умения правильно и рационально использовать время урока. Оценивая плотность урока, необходимо учитывать поставленные перед уроком задачи и условия проведения. Необходимо проанализировать, какие специальные педагогические мероприятия были проведены преподавателем с целью более эффективного использования времени на уроке. В анализе плотности урока нужно конкретно изложить причины, которые обусловили соответствующие показатели. В заключение анализа должны быть внесены предложения по устранению отмеченных недостатков и указаны пути повышения плотности урока.

2.6. Педагогический контроль на занятиях физической культурой

Физкультурное занятие вызывает утомление. По степени его выраженности можно судить о нагрузке и вносить при необходимости коррективы. Небольшая степень утомления обязательна. При наличии признаков средней степени утомления у отдельных учеников, нагрузку следует ограничить (уменьшить число повторений, исключить наиболее трудные, удлинить отдых). Выраженные признаки утомления у большинства занимающихся появляются в результате чрезмерной нагрузки (таблица 3). В этом случае необходимо перестроить занятия таким образом, чтобы нагрузка соответствовала уровню физической подготовленности учеников.

Учитель по наличию и степени выраженности внешних признаков утомления может судить о предъявляемой физической нагрузке и вносить в занятие необходимые коррективы.

Таблица 3

Внешние признаки утомления

Наблюдаемые признаки и состояние ребенка	Степень выраженности утомления	
	Небольшая	Средняя
Цвет лица, шеи	Небольшое покраснение	Значительное покраснение
Выражение лица	Спокойное	Напряженное
Потоотделение на лице	Незначительное	Выраженное
Дыхание	Несколько учащенное, ровное	Резко учащенное
Движения	Бодрые, движения выполняются четко	Неуверенные, нечеткие, появляются дополнительные движения. У некоторых детей двигательное возбуждение, у других заторможенность
Самочувствие	Хорошее, жалоб нет	Жалобы на усталость, отказ от выполнения задания

Важным требованием, предъявляемым к организации физкультурного занятия, является индивидуализация нагрузки. Она должна осуществляться с учетом уровня двигательной подготовленности ученика, состояния здоровья и физического развития, типа высшей нервной деятельности.

Уровень двигательной подготовленности определяется учителем в течение года.

При проведении физкультурного занятия с детьми младшего школьного возраста требуется наиболее целесообразное чередование нагрузки и отдыха.

Отдых в процессе занятий может быть *активным и пассивным*. Активный отдых предполагает переключение предыдущей деятельности, вызвавшей утомление, на другую деятельность.

Пассивный - характерен относительным покоем, исключающим активную двигательную деятельность.

Смена деятельности ученика, несущая отдых организму, содействует активизации восстановительных процессов, которые получают стимул от предшествующей им нагрузки.

Таким образом, органическая связь и взаимопереходы процессов утомления и восстановления определяют закономерную взаимообусловленность нагрузки и отдыха.

2.7. Взаимосвязь деятельности учителя и учащихся на уроке

Особенностью непосредственного взаимодействия учителя и учащихся служит его причинная обусловленность. Каждая из взаимодействующих сторон выступает как причина другой и как следствие одновременного влияния противоположной стороны (Таблица 4-6).

В зависимости от состояния фактической обученности учащихся, учебной дисциплины и других обстоятельств дидактическое взаимодействие может протекать в различных вариантах.

Таблица 4

Репродуктивное взаимодействие учителя и учащихся

	Деятельность учителя	Деятельность учащихся
	Организация репродуктивной деятельности учащихся: сообщает новые знания, связанные с влиянием физических упражнений на морфофункциональное развитие организма учащихся, или по другим вопросам курса физической культуры	Репродуктивная учебная деятельность: воспринимают словесную или наглядную информацию учителя, усваивают и воспроизводят их знания.
	Осуществляет вербально-	Воспринимают учебную ин-

	зрительное воздействие, организуя обучение технике двигательного Действия, предусмотренного учебной программой	формацию и выполняют двигательное действие по образцу, т.е. воспроизводят способ деятельности.

Таблица 5

Объяснительно-иллюстративное построение взаимодействия учителя и учащихся

	Деятельность учителя	Деятельность учащихся
	Информирует учащихся о новом знании, новых способах выполнения двигательного действия с применением различных методов и приемов с использованием слов и обеспечением наглядности	Воспринимают учебную информацию.
	Объясняет и демонстрирует узловые, важные элементы техники изучаемого двигательного действия Организует осмысливание двигательной задачи и учебной информации о способах ее решения	Усваивают важные элементы основы техники изучаемого двигательного действия. Применяют различные способы для осознания учебной информации, детализируют сущность учебного задания, обоснованные способы решения двигательной задачи.
	Организует активную учебную деятельность по упрочению правильно усвоенной техники или коррекции искажений в основе техники изучаемого двигательного действия, усиливает контрольно-коррекционную работу, организует двигательную деятель-	Выполняют учебные задания, сосредоточив внимание на трудных для выполнения моментах, анализируют контрольно-коррекционную информацию, применяют усвоенное двигательное действие в комбинациях физических упражнений (гимнастика), подвижных и

	ность, чтобы закрепить правильную технику исполнения изучаемого материала	спортивных играх, спаррингах (единоборство) или с усложнением привычных условий (легкая атлетика, лыжная подготовка)

Таблица 6

Взаимодействие учителя и учащихся на уроках физической культуры с использованием элементов проблемного обучения

	Деятельность учителя	Деятельность учащихся
	Ставит перед учащимися в вводной, основной или заключительной части урока проблемную задачу. Например: «На предыдущих уроках мы с вами изучили прыжок в высоту способом "перешагивание". Может ли быть иной способ преодоления планки?» или: «На предыдущих уроках вы научились штрафным броскам двумя руками снизу. Можно ли еще как-нибудь по-другому сделать это?	Воспринимают задачу и активизируют учебную деятельность по поиску способов ее решения
	Организует интеллектуально-двигательную деятельность по решению двигательной задачи	Обсуждают возможные варианты решения двигательной задачи
	Предлагает демонстрировать решения поставленной задачи	Выполняют свой вариант решения двигательной задачи
	Рекомендует доказать рациональность выбранного способа решения задачи по сравнению с ранее изученным с учетом	Доказывают рациональность или нерациональность способа решения двигательной задачи

	конкретных условий	
	Предлагает учащимся определить, в каких конкретных ситуациях целесообразно использовать тот или иной способ решения задачи	Делают выводы и обобщения по сути поставленной задачи

2.8. Учет успеваемости и подведение результатов урока

На каждом уроке проводится текущий контроль, который нацелен на повышение эффективности учебного процесса.

Результатом оценивания является отметка. Материалы, отражающие итог оценивания, фиксируются в классном журнале. Параллельно с классным журналом опытные учителя ведут свои документы учета успеваемости. В положении об оценке по физической культуре предписывается, чтобы на каждом уроке проводился текущий учет. Итоговая оценка за освоение темы, если по ней не предусматривается выполнение учебного норматива, должна выставляться на основании текущих отметок.

Оцениваться должны: техника выполнения двигательного действия (правильность, уверенность, ритм, активность в играх, точность соблюдения правил, умение действовать в коллективе); умение работать в темпе класса; умение заниматься физическими упражнениями самостоятельно; способность воспринимать объяснения учителя на уроках физической культуры; умение выделить главное при показе двигательных действий учителя; умения комментировать двигательные действия, выполняемые одноклассниками.

1). При оценке техники выполнения двигательного действия в текущем учете успеваемости традиционно руководствовались следующими критериями.

Отметка 5: двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно, уверенно, в надлежащем ритме, легко и четко, учащийся овладел формой движения; в играх проявил большую активность, находчивость, ловкость, умение действовать в коллективе, точно соблюдать правила.

Отметка 4: двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая связанность движений; в играх учащийся проявил себя недостаточно активным, ловким.

Отметка 3: двигательное действие выполнено в основном правильно, но напряженно или вяло, недостаточно уверенно, допущены незначительные ошибки при выполнении; в играх учащийся проявил себя малоактивным, допускал небольшие нарушения правил.

Отметка 2: двигательное действие не выполнено или выполнено неправильно, неуверенно, небрежно; допущены значительные ошибки; в играх учащийся обнаружил неловкость, нерасторопность, неумение играть в коллективе (команде).

Отметка 1: отказ выполнить двигательное действие без уважительной причины или учащийся не смог выполнить упражнение.

Невыполнение учебных нормативов по независящим от школьника причинам (непропорциональное физическое развитие, отставание в физическом развитии, длительные пропуски занятий по уважительным причинам) при положительных текущих оценках за технику движений и усвоение знаний не служило основанием для снижения итоговых оценок.

2). При оценивании умения выделить главное при показе двигательных действий учителю необходимо руководствоваться следующими критериями:

4 - ученику легко и быстро удается выделить существенное в изучаемом движении, проанализировать его;

3 - в основном справляется с выделением существенного в изучаемом движении, допуская незначительные ошибки, не сказывающиеся на усвоении движения;

2 - обычно не справляется с выделением существенного в движении, концентрирует внимание на отдельных элементах.

3). Умение комментировать двигательные действия, выполняемые одноклассниками

4 - правильно анализирует действия товарищей, выделяет допущенные ошибки и объясняет, как их исправить;

3 — в основном анализирует выполнение действия, выделяет ошибки, но не знает методов и средств их исправления;

2 — не умеет комментировать двигательные действия, выполняемые одноклассниками.

К основным методам контроля относя устный опрос, письменные контрольные испытания, метод педагогического наблюдения, метод экспертных судей, контрольные испытания.

2.9. Учебная литература и ресурсы «ИНТЕРНЕТ» практикантам для подготовки к урокам

Основная литература

Барчуков, И. С. Физическая культура [Текст]: учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / И. С. Барчуков; под общей редакцией Н. Н. Маликова. - 7-е издание, стереотипное. - Москва : Академия, 2013. - 528 с.

Железняк Ю.Д. Методика обучения физической культуре [Текст] : учебник / Ю. Д. Железняк, И. В. Кулишенко, Е. В. Крякина ; под ред. Ю. Д. Железняка. - Москва: Академия, 2014. - 256 с. - (Высшее профессиональное образование. Бакалавриат).

Дополнительная литература

Матвеев,А.П. Физическая культура. 1-4 классы [Текст] : рабочие программы : предметная линия учебников А. П. Матвеева : пособие для учителей общеобразовательных организаций / А. П. Матвеев. - 3-е издание. - Москва: Просвещение, 2014. - 63 с.

Рабочая программа по физической культуре. 1 класс [Текст] : к УМК В. И. Ляха (М.: Просвещение) / сост. А. Ю. Патрикеев. - Москва : ВАКО, 2015. - 64 с. - (Рабочие программы)
Рабочая программа по физической культуре. 2 класс [Текст] : к УМК В. И. Ляха (М.: Просвещение) / сост. А. Ю. Патрикеев. - Москва : ВАКО, 2015. - 64 с. - (Рабочие программы)
Рабочая программа по физической культуре. 3 класс [Текст] : к УМК В. И. Ляха (М.: Просвещение) / сост. А. Ю. Патрикеев. - Москва : ВАКО, 2015. - 48 с. - (Рабочие программы)
Рабочая программа по физической культуре. 4 класс [Текст] : к УМК В. И. Ляха (М.: Просвещение) / сост. А. Ю. Патрикеев. - Москва : ВАКО, 2015. - 56 с. - (Рабочие программы)
Программное обеспечение
http://www.infosport.ru/press/fkvot Журнал «Физическая культура». Образование, воспитание, тренировка.
http://www.ftrainer.ru. Алхасов, Д. С. Методика обучения физической культуре в начальной школе в 2 ч. Часть 1: учебное пособие для академического бакалавриата / Д. С. Алхасов. — М.: Издательство Юрайт, 2017. — 254 с. — (Серия: Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-04705-9. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/3028496E-E223-438B-8BD7-D3CA1402E191
Алхасов, Д. С. Методика обучения физической культуре в начальной школе в 2 ч. Часть 2 : учебное пособие для академического бакалавриата / Д. С. Алхасов. — М.: Издательство Юрайт, 2017. — 441 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-04707-3. — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/C17B2155-951C-4710-9022-F499C5E896C2

Глава 3. Требования к результатам освоения содержания практики

3.1. Методические указания по составлению отчётной документации

По итогам практики студент должен предоставить отчётные документы:

- Ксерокопия школьного тематического плана класса (группы ДЮСШ) на период практики;
- Планы - конспекты (технологические карты) десяти уроков (тренировочных занятий) по физической культуре (Таблица 7, 8);
- Анализ посещенного урока (по предложенной схеме – таблица 11);
- Протокол хронометрирования урока физической культуры (таблица 10);
- Протокол учета пульсовых данных (с пульсограммой) обучаемого на уроке физической культуры (таблица 9, рис.1);
- Протокол оценки педагогических умений и навыков проведения урока физической культуры с анализом урока методом рейтинга (таблица 12);
- Список литературы.

3.1.1. Разработки плана-конспекта урока

План-конспект разрабатывается в два этапа. На первом этапе разрабатывается промежуточный план (черновой вариант), в котором по горизонтали выносятся задачи занятия, а по вертикали - методика их решения с обозначением состава средств, методов и форм организации. На втором этапе разрабатывается собственно план-конспект. Здесь с учетом условий, в которых будет проводиться занятие и в соответствии с его функциональными частями, планируется целостная методика проведения занятия. Кроме этого, в логике решения учебных задач отрабатываются организационные связки

частей и элементов занятия, обозначается наличие необходимого инвентаря и оборудования, проектируется его распределение по площади зала. На данном этапе специалисту необходимо выполнить комплекс взаимосвязанных конкретных следующих действий:

1. Сформулировать задачи и последовательность их решения на основе рабочего плана. Степень конкретизации каждой поставленной задачи должна быть такой, чтобы обеспечить реальную возможность ее решения в идеале на данном занятии либо на нескольких ближайших. В случае если задача рассчитана на перспективу, то для каждого из них выделяется такая по объему составляющая часть задачи, которую можно решить на отдельном занятии.

2. Определить время и детально разработать содержание основной части, на которой должны решаться конкретные специфические задачи занятия. Для этого тщательно подбираются физические упражнения по каждой поставленной задаче.

При этом по всем упражнениям определяется соответствующая нагрузка (число повторений, затраты времени, темп или скорость выполнения, интервалы отдыха и т. п.). Физические упражнения основной части дифференцируются в случае возрастных программных различий учащихся. К примеру, на уроке гимнастики в основной части планируется по два снаряда: у мальчиков, предположим, перекладина и опорный прыжок, у девочек - акробатика и лазание по канату.

Таким образом, при составлении плана-конспекта важно добиться, чтобы содержание, нагрузка, методика и организация занятия полностью соответствовали оптимальной реализации конкретных задач. В идеале соответствие должно быть таким, чтобы по разработанности основной части можно было определить, на каком этапе обучения данному движению находятся учащиеся. Во второй графе записываются упражнения в соответствии с очередностью их выполнения (начиная с начального построения), а также действиями учителя (сообщение задач урока и теоретических сведений).

3. Разработать комплекс физических упражнений для под-

готовительной части и определить нагрузку для каждого упражнения (обычно это количество повторений или продолжительность выполнения в минутах). Причем вначале подбираются упражнения специальной (если это предусматривается), а затем - общей разминки. Такая последовательность обусловлена тем, что конкретные задачи, как правило, решаются в основной части урока и поэтому для подготовки занимающихся планируется специальная разминка. Определив же специальные упражнения, набор которых все-таки ограничен, затем легче выбрать из огромного арсенала ОРУ наиболее целесообразные с точки зрения обеспечения требований всестороннего физического развития занимающихся. При записи ОРУ для каждого из них указывается его порядковый номер, исходное положение, а также движение на каждый счет, обычно на 2, 4, 8 (Таблица 7).

Форма плана-конспекта урока физической культуры (учебно-тренировочного занятия) для учащихся (занимающихся)
(указать класс или период подготовки)

Дата проведения:_____

Тема урока (занятия):_____

Задачи:

1. Конкретные образовательные задачи по формированию знаний, двигательных умений и навыков, реально выполнимые на данном занятии.
2. Задачи на развитие физических качеств.
3. Оздоровительные или воспитательные задачи.

Место проведения: зал _____

Оборудование: гимнастическая стенка и др.

Инвентарь: баскетбольные мячи - 18 шт.: свисток и т.д.

Таблица 7

Форма плана-конспекта урока физической культуры

Части занятия и их продол-	Содержание	Дози-ровка	Организ.-методические указа-ния
Подго-тови-тельная часть, время в зависи-мости от по-став-ленных задач	Построение, при-ветствие	мин	Методические указания учителя
	Сообщение задач	мин	Формирование мотивации к учебной деятельности, объясне-ние
	Строевые упраж-нения: Ходьба Бег Бег с заданием: 1. 2. 3.	мин мин мин мин	Методические указания в про-цессе выполнения упражнения
	Перестроение		Способ. Схема
	Комплекс ОРУ описывается с уче-том гимнастиче-ской терминоло-гии: без предме-тов, в парах, с предметами	кол-во повторе-ний	Особенности выполнения уп-ражнения. Способы выполне-ния. Требования к выполнению упражнения
	Перестроение		Способ. Схема

Основная часть, время в зависимости от задач	Формулировка первой образовательной задачи. Последовательность обучения двигательному действию. 1. 2. 3. Формулировка второй задачи и т. д. Подвижные игры или эстафеты: описание содержания игры, подведение итогов построение, перестроение	мин	Методы обучения и активизации занимающихся. Методические приемы. Методы организации деятельности занимающихся. Возможные типичные ошибки. Конкретные организационные указания. Типичные ошибки. Указать способ
Заключительная часть время в зависимости от задач	Ходьба. Упражнение для снятия стрессового состояния: построение, подведение итогов. Домашнее задание. Организованный выход из зала		Методические указания, способ выполнения. Проверить, чему научились занимающиеся. Значимость домашнего задания. Типичные ошибки

Анализ конспекта урока следует проводить по следующим пунктам:

1. Наличие конспекта урока, соответствие его рабочему плану и программным требованиям.

2. Оценка задач урока:

- взаимосвязь задач данного урока с задачами предыдущего;
- разносторонность поставленных задач;
- конкретность поставленных задач;
- соответствие задач уровню подготовленности учащихся;
- грамотность формулировки задач.

3. Оценка содержания конспекта:

- правильность подбора средств для каждой части урока;
- соответствие средств поставленным задачам;
- соответствие средств уровню подготовленности учащихся;
- оригинальность подобранных средств;
- правильность подбора методов в каждой части урока;
- соответствие методов задачам урока;
- соответствие методов уровню подготовленности учащихся.

4. Содержательность организационно - методических указаний.

5. Соответствие конспекта общеустановленной форме, грамотность и аккуратность написания.

3.1.2. Разработки технологической карты занятия по физической культуре

Технологическая карта - проект педагогического процесса в границах одной темы или урока. Технологическая карта занятия отражает проектировочную педагогическую технологию педагога. Признаками педагогической технологии являются:

1.Технология разрабатывается под конкретный педагогический замысел, в основе ее лежит общепедагогическая позиция автора, которая может лежать в области традиционного, развивающего образования и т. д.

2.Технологическая цепочка педагогических действий, операций выстраивается в соответствии с целевыми установками, имеющими

форму конкретного ожидаемого результата, и содержанием учебного материала.

3. Элементы педагогических технологий должны быть воспроизводимы и гарантировать достижение планируемых результатов всеми обучающимися.

4. Важной частью педагогической технологии являются диагностические процедуры, содержание критериев и показателей измерения результатов деятельности занимающихся на уроке.

5. В педагогической технологии должна быть показана не только деятельность педагога, но и учебная деятельность самих учащихся.

На основании перечисленных признаков проектируется технологическая карта занятия. Для разработки технологической карты учитываются следующие элементы: цель и задачи обучения; содержание обучения; процессы преподавания; средства обучения; формы взаимодействия на занятии в системе: «субъект управления - субъект самоуправления».

Технологическая карта разрабатывается с учетом ряда последовательных действий педагога:

1. Познакомиться с учебными возможностями класса на основе диагностических материалов (тестов, вопросов и т. д.).

2. Проанализировать учебную программу, государственные стандарты (пояснительную записку, требования к знаниям и умениям по предмету).

3. Выделить ведущие знания и умения по каждой учебной теме и произвести структурирование учебного материала, т. е. определить четкую логическую взаимосвязь между ведущими знаниями и умениями, которая была бы наиболее рациональной и экономной с точки зрения усвоения и хранения в долговременной памяти.

4. Произвести, по возможности, уплотнение учебного материала, чтобы освободить учащихся от необходимости держать в памяти большой объем фактического материала, который не влияет на уровень и качество знаний.

5. Ввести в учебный материал умения, навыки учебно-

познавательной деятельности, уровень усвоения которых способствует формированию физической культуры школьника.

6. Спланировать уровень усвоения учебного материала в соответствии с уровнем его трудности и сложности и учебными возможностями класса.

7. Сформулировать диагностично цели изучения темы. Это значит, что в целях должны быть выделены знания и умения, подлежащие усвоению (обозначен его уровень, подготовлены измерители, определяющие степень достижения целей, определена шкала оценки знаний, умений и навыков).

8. Составить технологическую карту занятия.

Ведущими параметрами технологической карты могут быть этапы занятия; цели каждого этапа; время, затрачиваемое на каждый этап занятия; содержание деятельности педагога и учащихся, формы, методы организации деятельности учащихся, средства обучения, измерители (при помощи чего отслеживается достижение целей этапов).

В графе «Этапы реализации технологии» определяются составные части урока - этапы или дидактические моменты, которые отражают последовательность путей развития урока. Педагогу необходимо определить главный этап, реализация которого позволяет достичь успеха урока с учетом поставленных задач.

Во второй графе «Задачи этапа» педагог описывает задачи или цели каждого этапа. Каждый этап урока имеет определенные задачи, присущие только ему. При планировании задач необходимо предусмотреть показатели реального результата решения задачи (т. е. диагностичность поставленных задач). С целью определения эффективности процесса достижения задач в блоке «Обратная связь и измерители» прописывается объективный контроль качества усвоения материала по дисциплине.

В графе «Содержание» дается характеристика содержания учебного материала микроструктуры каждого этапа после достижения поставленных задач. В графе «Формы» педагог определяет основные формы организации деятельности учащихся (групповая, коллектив-

ная, индивидуальная, фронтальная и т. д.). Кроме того, в технологической карте педагог перечисляет методы обучения, использующиеся для реализации поставленных задач и содержания этапа (словесные, наглядные, методы упражнений, дидактические игры и т. д.). И последнее, в технологической карте педагог указывает время на реализацию каждого этапа урока. В зависимости от того, какие задачи реализуются, какие педагогические технологии являются приоритетными, могут быть различные варианты технологических карт занятия.

Таким образом, в отличие от плана-конспекта, технологическая карта предполагает проектирование учебно-воспитательного процесса, определяющее структуру и содержание учебно-воспитательного процесса самого ученика (Таблица 8).

Технологическая карта урока физической культуры для учащихся ___ классов (*технология традиционного обучения*)

Дата_____ № урока_____

Тема урока «Исследование функционального состояния сердечно-сосудистой системы на уроках по разделу «Баскетбол».

Цель урока: освоить правила и технику оценивания сердечно-сосудистой системы в процессе совершенствования технических приёмов в баскетболе.

Задачи урока: 1. Изучить методику оценки сердечно-сосудистой системы.

2. Формировать умения оценивания приспособленности организма организма к нагрузкам по КВП.

3. Совершенствовать технику основных технических элементов в баскетболе.

Обеспечение урока: плакаты, карточки, секундомер, мячи.

Таблица 8

Технологическая карта урока физической культуры

Этапы реализации	Задачи этапа	Содержание	Содержание	Содержание	Формы орга-	Методы	Обратная связь и изме-	Время

техно-логии		учеб-ного мате-риала	дея-тель-ности учите-ля	дея-тель-ности уче-ника	низа-ции		рители	я
1.Орга низа-ция начала заня-тия	Под-гото-вить уча-щихся к ра-боте на уроке, обеспе пе-чить моти-вацию уча-щихся	По-строе-ние в шерен-гу	Орга-низа-ция уча-щихся, озна-ком-ление с зада-чами урока	Полу-чение и осмыс ление задач урока	Фрон таль-ная	Сло-вес-ный	Полная готов-ность класса и оборудо-вания, быстрое включе-ние уча-щихся	2 м и н
2.Пров ерка домаш маш-него зада-ния	Опре-делить пра-виль-ность выпол полн-ения домаш маш-него зада-	Теоре-тиче-ские сведе-ния: ЧСС и нагруз ка на уроке физи-ческой куль-	Орга-низует диалог по опро-сам:ка кая ве-личина пульса у че-ловека	Осмы сляет и от-вечает на во-про-сы, выпол полн-яет прак-тиче-	Фрон таль-ная и инди-виду-аль-ная	Сло-вес-ный и нагля дный мето-ды кон-троля	Вопро-сы, со-ставле-ние про-токола и сравне-ние с норма-ми. Ве-личина индекса меньше	7 м и н

	ния	туры. Оцен-ка сер-дечно-сосу-дистой систе-мы с помо-щью теста Руф-фье	Какова клас-сифи-кация нагру-зок	ское зада-ние		Прак тиче-ский	6-отл., 7-10- хор., 11-15-по-средств., 16-20-слаб., больше 20-неудовл	
3.Подг отовка к ос-нов-ному этапу урока								

3.1.3. Протокол учета пульсовых данных (ЧСС) на уроке физической культуры

в _____ классе школы_____

Дата проведения _____

Наблюдаемый (ая) ученик (ца) _____

(фамилия, имя)

Пульсометрию проводил_____

(фамилия, инициалы, должность)

Таблица 9

Виды деятельности на уроке	Время окончания деятельности, мин	ЧСС за 10 с, уд	ЧСС, уд./мин
1	2	3	4
Подготовительная часть урока			
До построения	0'	14	84
Бег	5'	20	120
Беговые упражнения	8'	28	168
Ходьба в сочетании с общими развивающими упражнениями	12'	21	126
Основная часть урока			
Прыжковые упражнения	16'	26	156
Подготовка к работе с мячом	18’	23	138
Броски мяча с шагом	24'	28	168
Объяснение учителя	25'	25	150
Броски в прыжке	29-	26	156
Броски с отскоком от стены	33'	27	162
Штрафные броски	36'	26	156
Игра «Рыбаки и невод»	41'	29	174
Заключительная часть урока			
Ходьба с восстановлением дыхания	43'	22	132
Подведение итогов, домашнее задание, уход из зала	45'	20	120

Пульс ученика через 10 мин после окончания урока — 80 уд./мин.

Вывод: ЧСС ученика на уроке находилась в диапазоне 130—175 уд./мин в соответствии с возрастными особенностями. Нагрузка в основной части урока носила равномерный характер с постепенным наращиванием. Урок имел оздоровительный и тренировочный эф-

фект.

Образец графика пульсометрии

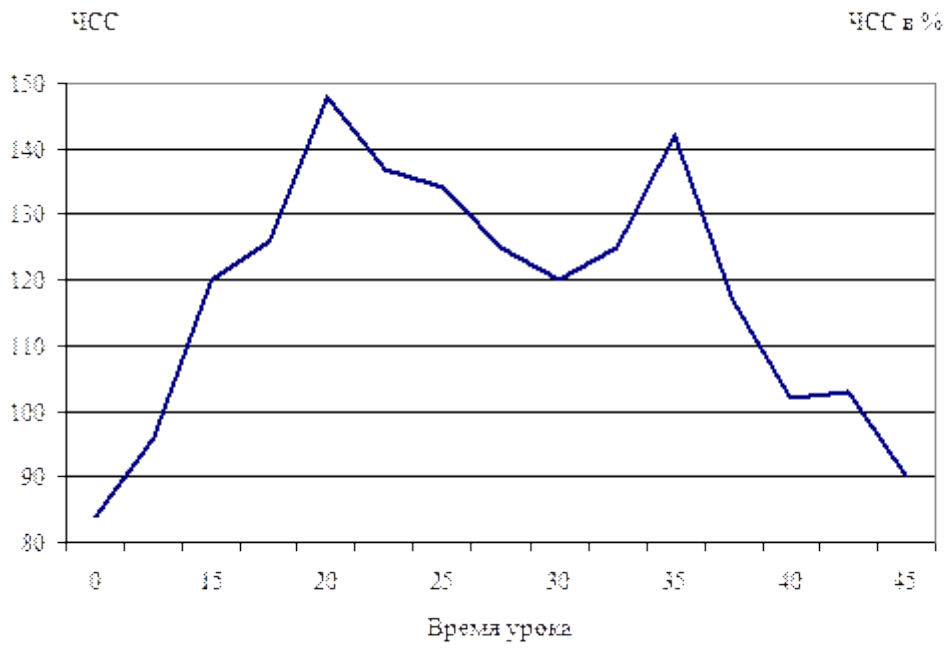

Рис.1. График пульсометрии урока физической культуры

3.1.4. Протокол хронометрирования урока физической культуры

В 4 классе «Б» от 31.10.2017 г.

Фамилия проводящего урок: Зайко А.В.

Задачи урока:

1. Обучать прыжку ноги врозь через козла в ширину на высоте 100- см.
2. Совершенствовать кувырки вперед и назад.
3. Развивать координационные, силовые и скоростно-силовые способности.
4. Воспитывать чувство организованности и дисциплинированности.

В классе по списку 28 человек. Присутствовало 24 (из них 14 мальчиков, 10 девочек).

Наблюдение проводилось за учеником Петренко В.Н.

Хронометрировал урок: Иванов С.П.

Таблица 10

Части урока	Виды деятельно-сти	Время окон. д-ти.	Объясне-ние	Вып. упр.	Отдых	Организа-ция	Простой
1	2	3	4	5	6	7	8
I. Подготовительная часть	1. Простой	2' 00”					2 00"
	2. Организация	3' 15”				1' 15”	
	3. Объяснение	4' 10”	55”				
	4. Выполнение	7' 45”		3' 35”			
	5. Организация	8' 40”				55”	
	6. Объяснение	10' 35”	55”				
	7. Выполнение	10' 47”		12”			
	8. Объяснение	11' 06”	19”				
	9. Выполнение упр.	11' 25”		19”			
	10. Объяснение	11' 54”	29”				
	11. Выполнение упр.	7' 25”		31”			
	12. Объяснение	12' 45”	20”				
	13. Выполнение упр.	13' 25”		40”			
	14. Объяснение	13' 50”	25”				
	15. Выполнение упр.	14' 25”		35”			
	16. Объяснение	14' 55”	30”				
	17. Выполнение упр.	15' 50”		55”			
	18. Организация	19' 00”				3' 10”	
II. Основ-ная часть	19. Простой	20' 30”					1' 30”
	20. Объяснение	21'00”	30”				

	21. Выполнение упр.	21' 10”		10”			
	22. Объяснение	22' 10”	1' 00”				
	23. Отдых	23' 20”			1'10”		
	24. Выполнение	23' 30”		10”			
	25. Отдых	25' 35”			2' 05”		
	26. Выполнение	25' 45”		10”			
	27. Отдых	21' 52”			2' 07”		
	28. Простой	28' 52”					1' 00”
	29. Выполнение	29' 00”		8”			
	30. Объяснение	31' 07”	2' 07”				
	31. Выполнение	31' 22”		15”			
	32. Отдых	33' 22”			2' 00”		
	33. Простой	36' 00”					2' 38”
	34. Организация	36' 08”				8”	
	35. Объяснение	36' 45”	37”				
	36. Выполнение	37' 50”		27”			
	37. Отдых	37' 58”			46”		
	38. Выполнение	38' 20”		22”			
	39. Отдых	38' 43”			23”		
	40. Выполнение	39' 20”		37”			
	41. Организация	40' 53”				1' 33”	
III. Заключительная часть	42. Простой	43' 00”					2' 07”
	43. Организация	43' 23”				23”	
	44. Объяснение	43' 53”	30”				
	45. Выполнение	44' 15”		22”			
	46. Объяснение	44' 45”	30”				
	47. Организация	45' 00”				15”	
			10м 07с	9м 28с	8м 31 с	7м 39с	9м 15с
			22,5 %	21,1 %	18,9%	16,9%	20,6 %

Анализ плотности урока

Начало урока не было организовано. Класс опоздал на 2 минуты, чем объясняется простой в подготовительной части урока. При проведении общеразвивающих упражнений учитель сначала объяснял и показывал упражнения, а затем учащиеся их выполняли. Более целесообразно было бы проводить их по названию или команде «Делай раз» и т.д. Это позволило бы сократить время, затраченное на показ и объяснение, тем более, что упражнения хорошо знакомы школьникам. Общая продолжительность подготовительной части - 19.00 мин. велика.

В основной части урока при выполнении упражнений ученик проделал опорный прыжок 5 раз, а кувырок только 3 раза и затратил на это 2 минуты 19 секунд, а на ожидание очереди и отдых - 8 минут 31 секунду. Время на ожидание очереди и отдых при выполнении сложнокоординационных упражнений (прыжок через «козла»), должно быть не более 2 минут. В данном случае наблюдался простой. Увеличение числа повторений не только повысит моторную плотность урока, но и в большей мере будет соответствовать задаче совершенствования разученных движений. Повысить моторную плотность можно было введя дополнительное упражнение в интервалах между основными заданиями (элемент круговой тренировки). Например, в прыжках это могло быть подпрыгивание на месте на двух ногах с последующим принятием положения правильного приземления. Отдельные замечания учителя были дисциплинарного плана. Общая продолжительность основной части урока 24 минуты - маленькая

В заключительной части учитель не смог правильно распределить время. Игру он объяснил, но не успел провести. Целесообразно было изменить её содержание, включив в неё задания на внимание. Одновременно можно было исключить повторную ходьбу. Тогда сократилось бы объяснение и осталось время для самой игры. Продолжительность заключительной части 2 минуты - недостаточна.

Выводы

Общая плотность 79,4 % мала и объясняется несвоевременным началом урока и недостаточным умением учителя заинтересовать учащихся предлагаемыми упражнениями, а также плохой организацией выполнения упражнений в основной части урока.

Моторная плотность урока 21,1 % - для урока закрепления и совершенствования очень низкая. Организация урока не продумана.

Предложения

Необходимо более внимательно продумать организацию учащихся на уроке. Целесообразно при проведении заданий использовать дополнительный инвентарь, разделить отделение на подгруппы или вводить дополнительные упражнения в интервалах ожидания подхода. Следует больше внимания обращать на правильное распределение времени на различные части урока.

3.1.5. Анализ урока физической культуры

Класс_____ Дата посещения _____

Учитель_____

Присутствует_____

Цель посещения_____

_____

_____

_____

Тема урока_____

_____

_____

Цель урока _____

_____

_____

_____

_____

Оборудование урока_____

_____

Тип урока (урок сообщения и усвоения новых знаний, закрепления, повторения, обобщения, выработки умений и навыков, применения ЗУН)

Таблица 21

№ п/п	Оценочные средства урока физической культуры (по 5-балльной оценке)	балл
1	Готовность помещения (освещенность, чистота, состояние воздуха	
2	Инструктаж по технике безопасности с росписью в журнале	
3	Обеспечение мер безопасности по ходу урока, страховка учащихся	
4	Наличие спортивной формы у учащихся	
5	Организация деятельности освобожденных от урока учащихся	
6	Организация деятельности учащихся, отнесенных к СМГ	
7	Посещаемость %	
	Содержание урока, формы реализации	
1	Соответствие методической структуры урока целям	
2	Адаптация программы к возможностям данного класса	
3	Внутриклассная дифференциация заданий	
4	Смена видов деятельности на уроке	
5	Проведение подготовительного этапа – разминки (12-15, 10-12, 8-10 мин)	
6	Соответствие разминки предполагаемым упражнениям основной части	
7	Моторная плотность урока (до 75 % на 1 ученика)	
8	Общая плотность урока %	
9	Проведение упражнений на расслабление, снижение частоты дыхания и пульса	

Психологические аспекты урока		
1	Создание психологического настроя в начале урока	
2	Постановка целей	
3	Формирование мотивов к обучению	
4	Обеспечение благоприятного психологического климата по ходу урока	
5	Эстетическое воздействие урока	
6	Привитие учащимся интереса к предмету	
7	Нравственная и мировоззренческая направленность урока	
Оценка деятельности учащихся		
1	Степень активности учащихся	
2	Организованность и дисциплина	
3	Навыки самостоятельной деятельности	
	Охрана труда на уроке	
1	Готовность помещения (освещенность, чистота, состояние воздуха)	
2	Наблюдение за осанкой учащихся	
3	Проведение динамической паузы (упр. на расслабление)	
	Взаимодействие ученика и учителя	
1	Уровень педагогического мастерства, культура, такт, внешний вид, речь учителя (темп, дикция, эмоциональность)	
2	Наличие обратной связи с учащимися	
3	Обеспечение доброжелательного психологического климата	
4	Наличие индивидуальной работы с учащимися	
5	Организация коллективной деятельности	
	Итоги урока	
1	Выполнение намеченного плана, степень достижения цели	
2	Домашнее задание: объем, посильность, вариативность	
3	Использование воспитательных возможностей оценки	
4	Эффект последействия	

3.1.6. Протокол оценки педагогических умений и навыков проведения контрольного урока физической культуры в образовательном учреждении

Таблица 32

№ № п/п	Навыки и умения	Степень проявления (баллы)					
		В большей степени (5)	В достаточной степени (4)	Имеет место (3)	В небольшой степени (2)	В минимальной степени (1)	Не проявляется вообще (0)
1	Организовать учащихся к уроку						
2	Объяснить задачи урока доступно для учащихся						
3	Правильно подобрать общеразвивающие физические упражнения						
4	Правильно подобрать подготовительные физические упражнения						
5	Правильно подобрать подводящие физические упражнения						
6	Определить последовательность подготовительных и подводящих упражнений						
7	Подобрать формы организации деятельности учащихся в вводной части урока						
8	Подготовить место проведения урока						
9	Целесообразно расставить уча-						

	щихся в основной части урока						
10	Правильно использовать инвентарь и оборудование						
11	Определить рационально этапу обучения методы упражнения						
12	Использовать словесные методы в соответствии с этапом обучения						
13	Обеспечить наглядность в соответствии с целью и задачами						
14	Правильно сочетать методы обучения на уроке						
15	Осуществить профилактику возникновения ошибок в технике выполнения двигательного действия						
16	Определить наиболее характерные для всего класса ошибки						
17	Найти правильные средства и методы исправления ошибок						
18	Концентрировать внимание учащихся на собственных воздействиях						
19	Обеспечить взаимосвязь обучения и развития двига-						

	тельных качеств						
20	Обеспечить взаимосвязь обучения и морально-волевых качеств						
21	Обеспечить оздоровительно-рекреационную направленность урока						
22	Использовать на уроке помощников (учащихся)						
23	Правильно индивидуально подходить к учащимся						
24	Использовать приемы страховки и помощи						
25	Активизировать деятельность учащихся						
26	Поддерживать интерес учащихся к уроку						
27	Переключать внимание учащихся с одного задания на другое						
28	Поддерживать рабочую дисциплину на уроке						
29	Выполнять контрольные функции в процессе урока						
30	Подводить итоги урока						
31	Объяснить доступность задания на дом						
32	Обеспечить соот-						

	ветствие урока его плану						
33	Обеспечить соответствие поурочного плана плану учебной работы на четверть						
34	Организационно завершить урок						

Анализ урока физической культуры методом рейтинга

Чтобы оценить деятельность практиканта на уроке физической культуры по 34-м частно-дидактическим умениям и навыкам, необходимо:

1. Оценить (эксперт или методист) действия практиканта на уроке по каждому пункту протокола;
2. Вычислить среднюю арифметическую оценку путем суммирования выставленных баллов по каждому умению и вычисления их средней арифметической величины;
3. Определить коэффициент выраженности педагогических умений и навыков на уроке (К) по формуле:

К= а/170 (3)

где а - сумма усредненных оценочных баллов, выставленных экспертом

4. Полученный коэффициент перевести в оценку по балльно-оценочной шкале, пользуясь таблицей 13.

Таблица 43

Значение коэффициента	Балльная оценка
0,9 – 1,0	5
0,8 – 0,9	4
0,7 – 0,8	3
Меньше 0,7	2

Данный метод анализа урока позволяет определить уровень сформированности конкретных педагогических умений и степень их проявления в преподавании.

3.2. Требования к защите отчета

3.2.1. Структура отчёта:

- Титульный лист (приложение 1);
- График (план) индивидуального задания (п.2.3);
- Оценка результатов прохождения практики (приложение 3).
- Ксерокопия школьного тематического плана класса (группы ДЮСШ) на период практики;
- Планы- конспекты (технологические карты) десяти уроков (тренировочных занятий) по физической культуре (таблицы 7, 8);
- Анализ посещенного урока (по предложенной схеме – таблица 11);
- Протокол хронометрирования урока физической культуры (таблица 10);
- Протокол учета пульсовых данных (с пульсограммой) обучаемого на уроке физической культуры (таблица 9, рис.1);
- Протокол оценки педагогических умений и навыков проведенного контрольного урока физической культуры с анализом урока методом рейтинга (таблица 12);
- список литературы.

Отчет по практике оформляется на листах формата А4, скрепляется скоросшивателем. Содержание излагается грамотно, четко и логически последовательно. Работа выполняется на компьютере с соблюдением полей: левое – 30 мм, правое – 15 мм, верхнее – 20 мм, нижнее – 20 мм. Шрифт – Times New Roman, кегль – 14, межстрочный интервал – 1,5. Все страницы нумеруются по центру сверху, начиная с титульного листа.

Отчет сдается на кафедру и после проверки защищается у руководителя на кафедре.

3.2.2. Защита отчёта

Защита отчета проводится в сроки, установленные приказом о прохождении практики.

По окончании производственной практики проводится итоговая защита подготовленного отчета. К защите отчетов допускаются обучающиеся, которые своевременно и в полном объеме выполнили задания по практике и представили отчетные документы руководителю практики от НФИ КемГУ. Защита включает краткий устный отчет по результатам проделанной работы, ответы на вопросы руководителя по содержанию выполненного индивидуального задания практики.

После прохождения производственной практики студент к защите отчёта должен знать:

1. Определение цели и задач урока физической культуры.
2. Структура конспекта урока физической культуры.
3. Цель и технология хронометрирования плотности урока.
4. Методика оценки общей и моторной плотности урока.
5. Цель и методика проведения пульсометрии.
6. Особенности распределения физической нагрузки со школьниками на уроке физической культуры.
7. Особенности распределения физической нагрузки с квалифицированными спортсменами в спортивных школах на учебно-тренировочных занятиях.
8. Схема педагогического анализа урока физической культуры.
9. Способы оценки физической нагрузки на уроке физкультуры.
10. Меры профилактики травматизма на уроке физической культуры.
11. Причины, признаки переутомления на уроке физической культуры.
12. Первая доврачебная помощь при травмах.
13. Содержание педагогического контроля на занятиях физической культурой в общеобразовательной школе.

3.3. Критерии оценки деятельности студентов на педагогической практике

3.3.1. Критерии оценивания компетенций педагогической практики

Таблица 54

Перечень компетенций	Отметка			
	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	отлично
ПК-1	Не сформирована	Способен планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с общеобразовательной программой на уровне - ниже среднего под постоянным контролем руководителя	Способен планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с общеобразовательной программой и корректировать рабочие программы и планы учебной дисциплины с помощью руководителя	Способен планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с общеобразовательной программой и корректировать рабочие программы и планы учебной дисциплины для различных категорий обучающихся
ПК-2	Не сформирована	Способен оценивать знания обучающихся на основе тестирования и других методов диагно-	Способен объективно оценивать знания обучающихся на основе тестирования и других методов	Самостоятельно способен объективно оценивать знания обучающихся на основе тестирования и

		стики под контролем руководителя	диагностики и контроля; применять разнообразные формы и методы обучения	других современных методов диагностики и контроля; применять интерактивные формы и методы обучения
ПК-3	Не сформирована	Способен традиционными методами проводить учебно-воспитательную деятельность по дисциплине; учет индивидуальных особенностей обучающихся осуществляется с помощью руководителя	Способен проводить учебно-воспитательную работу по физической культуре с учетом индивидуальных особенностей, но не для всех категорий обучающихся	Способен самостоятельно вести учебно-воспитательную деятельность по физической культуре с учетом индивидуальных особенностей с различными категориями обучающихся
ПК-4	Не сформирована	Способен применять современные образовательные технологии осуществляя связь обучения по предмету с практикой с помощью руководителя	Способен применять современные образовательные технологии осуществляя связь обучения по предмету с практикой; регулировать поведение обучающихся для обеспечения безопасной развивающей среды	Способен самостоятельно разрабатывать и реализовать проблемное обучение по предмету, владея навыками регулирования безопасного поведения обучающихся
ПК-5	Не сформи-	Способен при-	Способен анали-	Самостоятельно

	рована	менять методы и средства обучения с учетом . возрастного и психофизического развития обучающихся под контролем руководителя	зировать и реализовать педагогические технологии с учетом возрастного и психофизического развития обучающихся	способен анализировать и реализовать педагогические технологии с учетом возрастного и психофизического развития обучающихся
ПК-6	Не сформирована	Способен решать образовательные задачи с обучающимися, их родителями и другими педагогическими работниками с помощью руководителя	Способен к установлению контактов с обучающимися, их родителями и другими педагогическими работниками в решении образовательных задач	Способен самостоятельно к организации профессионального взаимодействия со всеми участниками образовательного процесса в разных видах деятельности в решении образовательных задач
ПК-7	Не сформирована	Способен во внеурочной деятельности, с помощью руководителя, развивать самостоятельность и инициативность обучающихся	Способен использовать внеурочную деятельность для поддержания инициативности, самостоятельности и творческих способностей обучающихся	Способен самостоятельно использовать основные виды внеурочной деятельности для поддержания инициативности, самостоятельности и творческих способностей обучающихся
СПК-3	Не сформирована	Применяет теоритические зна-	Умеет применять теоретические	Владеет теоретическими знания-

		ния, традиционные средства и методы в образовательном процессе	знаниями, современные средства методы в области физической культуры и спорта для реализации профессиональной образовательной деятельности	ми, современными методиками и технологиями в области физической культуры и спорта для реализации профессиональной образовательной деятельности
СПК-4	Не сформирована	Знает методические приёмы, необходимые для совершенствования на занятии двигательных способностей обучающихся; не полностью владеет профессиональной терминологией и жестами по физической культуре и спорту	Использует умения, необходимые для обучения и совершенствования двигательных способностей обучающихся в процессе занятий, владеет, терминологией по физической культуре и спорту	Самостоятельно эффективно использует методические приёмы в процессе занятий, владеет профессиональной речью, терминологией и жестами по физической культуре и спорту

3.3.2.Балльно-рейтинговая система оценивания деятельности практикантов

Рейтинг студента по практике рассчитывается путем накопления баллов и приведения их к традиционной шкале оценок.

Основные критерии оценки результатов практики:

а) полнота представленного материала, соответствие программе практики;

б) своевременное представление отчета, качество оформления отчёта;

в) защита отчета.

Таблица 65

№ п/п	Виды деятельности	min количество баллов	max количество баллов
1	Разработка и проведение 10-ти уроков в 1-4-х классах (тренировочных занятий) по физической культуре (1 - 2 балла за 1 урок)	10	20
2	Составление планов-конспектов уроков (1 – 2 балла за 1 конспект)	10	20
3	Проведение контрольного урока (2 - 4 балла)	2	4
4	Протокол оценки педагогических умений и навыков проведения контрольного урока физической культуры(1-2 балла)	1	2
5	Проведение педагогического анализа посещённого урока физической культуры (2 – 3 балла)	2	3
6	Хронометрирование урока (тренировочного занятия) физической культуры (2 – 3 балла)	2	3
7	Протокол хронометрирования (1 – 2 балла)	1	2
8	Учёт пульсовых данных обучающегося на уроке физической культуры (2 – 3 балла)	2	3
9	Составление протокола учета пульсовых данных и пульсограммы обучающегося на уроке (тренировочном занятии) физической культуры (2 – 3 балла)	2	3
10	Правильность оформления отчёта (7	7	10

	– 10 баллов)		
11	Защита отчёта (7 – 10 баллов)	7	10
Итого по разделу «Физическая культура»		46	80
12	Выполнение задач практики по разделу «Вожатый и организатор детского движения в образовательной организации или детском лагере» (5 – 20 баллов)	5	20
Итого по педагогической практике		51	100

Критерии и шкалы оценивания форм педагогического контроля в приложении 2.

Сумма баллов за соответствующие компоненты деятельности производственной практиканта (коммуникативно-организаторская, проектировочная, рефлексивная, а также защита отчета по производственной практике) определяет индивидуальный рейтинг обучающегося.

Таблица 76

Шкала оценки защиты отчёта по разделу «Физическая культура»

Количество набранных баллов	Уровень сформированности компетенций	Оценка
66 - 80	Высокий	отлично
50 - 65	Средний	хорошо
46 - 49	Низкий	удовлетворительно
45 и менее	(компетенции не сформированы)	неудовлетворительно

Шкала оценки защиты отчёта по производственной практике (включает раздел «Вожатый и организатор детского движения в образовательной организации или детском лагере»

Таблица 87

№	Количество набранных	Уровень сформированности

п/п	баллов	компетенций
1.	86 - 100	Высокий
2.	66 - 85	Средний
3.	51 - 65	Низкий
4.	50 и менее	(компетенции не сформированы)

Сумма баллов индивидуального рейтинга практиканта руководитель практики переводит в балльную отметку, используя следующую шкалу:

86 - 100	Отлично
66 - 85	хорошо
51 - 65	удовлетворительно
50 и менее	неудовлетворительно

За несвоевременное предоставление отчета студенту снижается оценка на 1 балл. Текущий контроль осуществляется путем регулярного наблюдения за работой студента по программе практики и выполнению индивидуального задания, а также посредством периодических проверок правильности составления отчета, собранного информационного и другого материалов.

Литература

1 Анализ проведения и планирования уроков физической культуры : 2-е изд. перераб. и доп. / И.П.Залетаев, В.А.Муравьев. — М: Физкультура и спорт, 2005. — 248 с.

2 Барбашов С.В. Педагогическая практика в школе : Учеб. пособие для студентов / С.В.Барбашов. — Омск: Изд-во СибГАФК, 2000. — 99 с.

3 Железняк Ю.Д. Методика обучения физической культуре [Текст]: учебник / Ю. Д. Железняк, И. В. Кулишенко, Е. В. Крякина ; под ред. Ю. Д. Железняка. - Москва: Академия, 2014. - 256 с. - (Высшее профессиональное образование. Бакалавриат).

4 . Кузнецов В.С. Теория и методика физической кльтуры [Текст]: учебник для студентов учреждений вычшего профессионального образования / В.С. Кузнецов. – М.: «Академия», 2о12. – 416 с. (Сер. Бакалавриат).

5 Куликова Л.М. Модернизация содержания и организации непрерывной педагогической практики в физкультурном вузе: монография / Л.М.Куликова. — М.: Теория и практика физической культуры, 2004. — 269 с.

6 Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования Электронный ресурс / Федеральный государственный образовательный стандарт. URL: http://standart.edu.ru (Дата обращения: 02.03.2014). 28

7 Физическое воспитание учащихся: Пособие для учителя / В.И.Лях и др. — 2-е изд. — М.: Просвещение, 2011. — 140 с.

8 Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов. — М., Академия, 2002.

9 Чаленко И.А. Современные уроки физкультуры в начальной школе / И.А.Чаленко. — Ростов н/Д.: ФЕНИКС, 2008. — 256 с.

Приложения

Приложение 1

Образец титульного листа

Министерство образования и науки РФ
Новокузнецкий институт (филиал)
федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«Кемеровский государственный университет»
Факультет физической культуры
Кафедра ТиМСД

ОТЧЕТ ПО ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКЕ
Педагогическая практика

Выполнил: студент (ка) 3 курса
Группы _____
_____ФИО

Отчет защищен с оценкой «_____»
«____»_____201__ г.

Руководитель практики от НФИ КемГУ_____
ФИО, должность

_____
подпись

Новокузнецк 201_

Приложение 2

Критерии и шкалы оценивания форм контроля по физической культуре

1. Планы-конспекты (технологическая карта)

Критерии оценивания:

- соблюдение требований, предъявляемых к структуре урока (занятия);
- соответствие темы и задач урока;
- соответствие содержания урока решению поставленных задач;
- распределение времени между частями урока;
- распределение двигательной нагрузки в соответствии со структурой урока;
- соблюдение правил техники безопасности.

Шкала оценивания:

30 баллов– наличие десяти планов- конспектов, отвечающих всем критериям;

21-29 баллов – наличие десять планов-конспектов с небольшими погрешностями в содержании некоторых;

20 баллов – наличие десяти планов-конспектов с существенными погрешностями в содержании некоторых.

2. Протокол хронометрирования урока (тренировочного занятия)

Критерии оценивания:

- соответствие структуры, рекомендуемой форме;
- определение общей и моторной плотности урока;
- наличие анализа (с выводом), проведенного хронометрирования.

Шкала оценивания:

9 баллов – наличие протокола, представленного по форме с подробным анализом и выводом проведенного хронометрирования

8 баллов – наличие протокола с небольшими погрешностями при составлении анализа хронометрирования .

7 баллов – наличие протокола с погрешностями в определении общей и моторной плотности, не полный анализ хронометрирования.

3. Протокол учета пульсовых данных обучающегося на уроке (тренировочном занятии) физической культуры

Критерии оценивания:

- соответствие структуры, рекомендуемой форме;
- наличие пульсограммы;
- анализ пульсометрии, вывод.

Шкала оценивания:

9 баллов – протокол составлен по рекомендуемой форме, пульсограмма соответствует результатам пульсометрии, проведен анализ пульсограммы,

8 баллов – протокол составлен по форме, пульсограмма соответствует результатам пульсометрии, но имеются небольшие погрешности в анализе пульсограммы;

7 баллов – протокол представлен по форме, имеются погрешности в составлении пульсограммы и её анализе.

4. Протокол оценки педагогических умений и навыков проведения уроков физической культуры

Критерии оценивания:

- 34 критерия протокола;
- определение итоговой оценки методом рейтинга.

Шкала оценивания:

14 баллов – не менее 29 критериев оценены - отлично, 1-5 критериев оценены хорошо, итоговая оценка определена методом рейтинга;

11-13 баллов – не менее 24 критериев оценены – отлично, 6-10 критериев оценены – хорошо, итоговая оценка определена методом рейтинга

10 баллов – не менее 18 критериев оценены –отлично и хорошо, . итоговая оценка определена методом рейтинга.

5. Анализ урока физической культуры

Критерии оценивания:

- Количество правильно оцененных показателей

Шкала оценивания:

30-38 - отлично;

20-29 - хорошо;

15-19 - удовлетворительно;

Менее 15 - неудовлетворительно

Приложение 3

Оценка результатов прохождения практики

За время прохождения педагогической практики в _____

Название образовательной организации

с «__»_____20__г. по «__ »_____20___г.

обучающий-

ся(щаяся)_____

Ф.И.О.

_____

факультет, курс, группа

Продемонстрировал следующие результаты:

1. Проведены уроки (тренировочные занятия в _____классе (группе):

а)_____

_____

тема, дата

б)_____

_____

в)_____

_____

г)_____

_____

д)_____

_____

е)_____

_____

ж)_____

_____

з)_____

_____

2. Проведены внеурочные мероприятия (название мероприятия, краткое описание): _____

_____

_____

_____

3. Выполнены другие виды работ: _____

_____

_____

4. Освоены профессиональные компетенции:

Код компетенции	Результаты освоения ООП Содержание компетенций	Перечень сформированных результатов	Оценка (критерии и шкала используется установленная в программе практики) с обоснованием				
			5	4	3	2	1
ПК-1	готовность реализовать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов	**Уметь:** - планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой **Владеть:** - навыками корректировки рабочей программы учебной дисциплины для различных категорий, обучающихся и реализации учебного процесса в соответствии с основной общеобразовательной программой начального / основного / среднего общего образования;					
ПК-2	способность использовать современные методы и технологии обучения и диагностики	**Уметь**: - объективно оценивать знания обучающихся на основе тестирования и других методов контроля в соответствии с реальными учебными возможностями детей. **Владеть:** - формами и методами обучения, в том числе интерактивными, технологиями организации исследовательской деятельности; - формами и методами диагностик результатов обучения, в том числе					

		аутентичных					
ПК-3	способность решать задачи воспитания и духовно-нравственного развития обучающихся в учебной и внеучебной деятельности	**Уметь:** - строить учебно-воспитательную деятельность с учетом половозрастных и индивидуальных особенностей. **Владеть:** - навыками организации учебной и внеурочной деятельности с различными категориями обучающихся в рамках конкретного вида деятельности (физическом воспитании)					
ПК-4	способность использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемого предмета;	**Уметь:** - применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения; - самостоятельно разрабатывать и реализовывать проблемное обучение, осуществлять связь обучения по предмету (курсу, программе) с практикой, обсуждать с обучающимися актуальные события современности; **Владеть:** - навыками регулирования поведения обучающихся для обеспечения безопасной развивающей образовательной среды.					
ПК-5	способность осуществлять педагогическое сопровождение социализации и профессионального самоопределения обучающихся	**Уметь:** - дифференцировать уровни развития учащихся; - анализировать возможности и ограничения, используемых педагогических технологий, методов и средств обучения с учетом возрастного и психофизического раз-					

		вития обучающихся при организации педагогического сопровождения социализации и профессионального самоопределения; **Владеть**: - навыками реализации программы учебной и внеурочной деятельности с учетом саморазвития обучающихся.					
ПК-6	готовность к взаимодействию с участниками образовательного процесса	***Уметь:*** применять на практике различные технологии педагогического взаимодействия с участниками образовательного процесса; общаться с учащимися, признавать их достоинство, понимая и принимая их; использовать современные методики и технологии для организации воспитательной деятельности и стабильного взаимодействия с участниками образовательного процесса; сотрудничать с другими педагогическими работниками и другими специалистами в решении образовательных задач; ***Владеть:*** способами организации профессионального взаимодействия со всеми участниками образовательного процесса; навыками организации конструктивного взаимодействия участников образовательного процесса в разных видах деятельности; навыками установления контактов с обучающимися и их родителями (законными представителями), другими педагогическими и иными работниками					
ПК-7	способность орга-	***Уметь:***					

	низовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать активность и инициативность, самостоятельность обучающихся, развивать их творческие способности	организовывать сотрудничество обучающихся для формирования мотивации к обучению; использовать основные виды внеурочной деятельности для поддержания активности, инициативности и самостоятельности, творческих способностей обучающихся. ***Владеть:*** навыками организации сотрудничества обучающихся; опытом использования основных видов внеурочной деятельности для поддержания активности, инициативности и самостоятельности, творческих способностей обучающихся.					
СПК-3	способность ориентироваться в базовых и новых физкультурно-спортивных видах для реализации профессиональной образовательной деятельности в сфере физической культуры и спорта	**Уметь:** - использовать теоретические и практические знания, умения и навыки для обеспечения высокого уровня проведения занятий **Владеть:** - современными методиками и технологиями в области физической культуры и спорта для реализации профессиональной образовательной деятельности в сфере физической культуры и спорта; - приемами и методами страховки при выполнении физических упражнений.					
СПК-4	готовность применять современные методики и технологии в области физической культуры, необходимые для обучения двигательным действиям,	**Уметь:** - рационально использовать систему средств, методов и методических приемов для решения оздоровительных, образовательных, воспитательных задач в учебно-тренировочном процессе; - пользоваться профессиональной терминологией в процессе заня-					

	совершенствования физических качеств и двигательных способностей обучающихся в образовательном процессе	тий; **Владеть:** - навыками, необходимыми для обучения двигательным действиям, совершенствованию физических качеств и двигательных способностей обучающихся в образовательных учреждениях; - профессиональной речью и специальными жестами.					

Руководитель практики от профильной организации_____

(должность, фамилия, имя, отчество)

Рекомендуемая оценка _____

Подпись (м.п.)_____

Дата «____»_____20___г.

Руководитель практики от организации (вуза)

_____

(должность, фамилия, имя, отчество)

Итоговая оценка по производственной практике_____

Подпись_____

Дата «_____»_____20___г.

Учебно-методическое пособие

Содержание и организация педагогической практики бакалавров физической культуры