

Міністерство освіти і науки України
ДВНЗ «Прикарпатський національний університет
імені Василя Стефаника»

**ПРОГРАМА
ТА ДИДАКТИКО-МЕТОДИЧНІ МАТЕРІАЛИ
з педагогічної практики**
студентів IV курсу факультету фізичного виховання і спорту
зі спеціальності: 014 – Середня освіта. Фізична культура.

- скласти концепт контрольного уроку з підписом та оцінкою керівника;
- проаналізувати стан фізичного розвитку, фізичної працездатності і соматичного здоров'я учнів класу;
- підготувати розробку з організації і проведення однієї з форм занять фізичною культурою в режимі дня школи (гімнастика до уроків, фізкультпауз або хвилин, рухливої перерви та ін.) з використанням народних рухливих ігор та забав;
- на основі спостереження скласти психолого-педагогічну характеристику учня і класу;
- ознайомитись зі станом спортивно-масової роботи в школі, розробити та провести 4 заняття в одній із спортивних секцій.

Форми та методи контролю

Керівником практики від ВНЗ і бази практики, методами здійснюється поточний та підсумковий контроль за виконанням окремих розділів і всієї програми студентами-практикантами. Ведеться контроль початку та закінчення роботи. Студенти зобов'язані мати щоденник практики, у якому повинна міститись інформація про виконання протягом робочого дня завдань, що відповідають всім пунктам індивідуального плану, та кількість годин роботи.

Фаховий керівник робить відмітку в індивідуальному плані практиканта про виконання роботи тільки тоді, коли вона зафіксована в щоденнику.

Вимоги до звіту

Після закінчення терміну практики студенти звітують про виконання програми та індивідуального плану.

Загальна й характерна форма звітності за практику – подання письмового звіту, підписаного й оціненого безпосередньо керівником від бази практики.

Письмовий звіт разом з іншими документами (щоденник, індивідуальний план, характеристики) подається на рецензування керівнику практики від навчального закладу.

Звіт має містити відомості про виконання студентом усіх розділів програми практики та індивідуального плану, розділи з питань охорони праці, висновків і пропозицій, список використаної літератури.

У звіті повинна бути коротко й конкретно описана робота особисто виконана студентом. Для узагальнення матеріалів, зібраних під час практики й підготовки звіту, студентам в кіпці практики відводиться 2-3 дні.

Складений звіт повинен мати наскрізну нумерацію сторінок. Аркуші звіту треба зшити.

Підбиття підсумків практики

Звіт з практики захищається студентом (з диференційованою оцінкою) в комісії, призначеній завідувачем кафедри. До її складу входять фахові керівники практики від ВНЗ і за можливості баз практики, викладачі кафедри, які викладали спеціальні дисципліни.

Комісія приймає залік у студентів протягом перших десяти днів семестру, який починається після практики. Оцінка за практику вноситься в заліково-екзаменаційну відомість і залікову книжку студентів з підписами членів комісії.

Оцінка студента за практику враховується стипендіальною комісією при визначенні розміру стипендії разом з його оцінками за результатами підсумкового контролю.

Студенту, який не виконав програми практики з поважних причин, може бути надано право проходження практики повторно. Студент, який в останнє отримав негативну оцінку комісії за практику, відраховується з ВНЗ.

Зміст практики:

1. Ознайомлення зі школою, режимом її роботи, бесіди з директором, заступниками з навчальної і виховної роботи, керівником фізичної культури.
2. Ознайомлення з роботою вчителя фізичної культури, перспективним планом, планом-графіком, робочим та поурочним планами роботи з фізичної культури класу.
3. Складання календарного плану на період педагогічної практики.
4. Підготовка та проведення всіх форм фізичного виховання школярів (гімнастики до уроків, руханкових пауз і хвилинки, народних рухливих ігор та забав під час великої перерви).

5. Виконання функцій та обов'язків класного керівника (робота з батьками і громадськістю щодо виховання учнів).

6. Проведення уроків фізичної культури зі школярами, віднесеними до спеціальної медичної групи, а також індивідуальної роботи з дітьми, які відстають у фізичному розвитку.

7. Дослідження фізичного розвитку та фізичної працездатності учнів і розробка практичних рекомендацій з оптимізації процесу фізичного виховання.

8. Студентам-практикантам суворо виконувати прийняті на базі практики правила охорони праці й протипожежної безпеки. Пройти вступний і на кожному конкретному місці праці інструктаж.

НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН ПРАКТИКИ

№ з/п	Навчальне завдання	Обсяг годин	Вид звітного документу
1	2	3	4
I. Організація діяльності студента-практиканта		10	
1.1.	Організаційно-настановча конференція з педагогічної практики	2	Запис у щоденнику
1.2.	Розробка індивідуального плану роботи та ведення обліку його виконання	2	Індивідуальний план проходження практики, затвердження фаховим керівником
1.3.	Методична робота у бригаді (рецензування конспектів, обговорення занять, консультування, проведення методичних занять)	4	Документація практиканта з візю фахових керівників
1.4.	Участь у захисті педагогічної практики	2	Звіт про практику
II. Вивчення змісту і методики організації проведення процесу фізичного виховання у базовому закладі		64	
2.1.	Ознайомлення з об'єктом педагогічної практики (нарада при директорі, закріплення за класами, ознайомлення з базою та особливостями роботи школи)	10	Записи в щоденнику
2.2.	Вивчення документів планування навчальної і спортивно-масової роботи школи	10	Зразки документації
2.3.	Відвідання й аналіз уроків фізичної культури фахівців школи, та виховних заходів у закріплених класах	10	Запис у щоденнику
2.4.	Відвідання та аналіз занять у спортивних секціях школи, занять з дітьми в спеціальних методичних групах	10	Запис у щоденнику
2.5.	Вивчення й аналіз стану проведення спортивно-оздоровчих заходів у режимі навчального дня (гімнастика до занять, фізкультхвилини, рухливі перерви, година фізкультури в ПЦД)	10	Запис у щоденнику
2.6.	Ознайомлення з методикою проведення в школі занять з охорони життя і безпеки життєдіяльності людини	8	Запис у щоденнику

1	2	3	4
2.7.	Оформлення та аналіз матеріалів загальношкільної спартакиади школярів (положення про змагання, протоколи змагань, таблиця результатів ходу спартакиади)	6	Запис у щоденнику
III. Практична робота студента		50	
3.1.	Розробка робочих (календарних) планів з фізичного виховання на період практики	4	Робочий план
3.2.	Проведення уроків фізичної культури з використанням народознавчого змісту	20	Конспекти уроків
3.3.	Проведення занять спортивних секцій	6	Плани, конспекти
3.4.	Проведення спортивно-оздоровчих заходів у режимі навчального дня (за вибором студента) з використанням народних рухливих ігор та забав	4	Гімнастика до занять, фізкультхвилини, рухливі перерви, спортивна година в ГПД
3.5.	Відвідання, аналіз та обговорення занять інших студентів-практикантів	6	Запис у щоденнику
3.6.	Участь у організації і проведенні планових змагань "дня здоров'я", "веселих стартів", розробка сценарію та проведення спортивно-художнього свята на основі народного ігрового матеріалу тощо	10	Робочі матеріали (програми, положення, сценарії, протоколи, звіти)
IV. Виховна робота		16	
4.1.	Участь у проведенні заходів передбачених планом виховної роботи класних керівників у закріплених класах	4	План виховної роботи
4.2.	Підготовка і проведення 2-3 бесід із учнями прикріплених класів на спортивно-оздоровчу тематику	8	Тези бесід
4.3.	Складання психолого-педагогічної характеристики на учня та клас	4	Характеристики на учня і клас
V. Навчально-дослідна робота		10	
5.1.	Проведення тестування рівня фізичної підготовленості учнів класу (порівняльний аналіз на початку і в кінці практики)	4	Зведені протоколи результатів тестування
5.2.	Виконання дослідження за тематикою кваліфікаційної роботи	6	Робочі протоколи, матеріали досліджень
Всього:		150	
VI. Самостійна робота		50	
6.1.	Робота в бібліотеці з літературними джерелами.	20	Конспекти, тези, виписки
6.2.	Обмін досвідом роботи між студентами-практикантами в групах.	10	Запис у щоденнику
6.3.	Ознайомлення з досвідом роботи спортивного клубу "гарт".	5	Запис у щоденнику
6.4.	Ознайомлення з методикою проведення занять в "групах здоров'я", клубах "оздоровчого бігу" тощо.	5	Запис у щоденнику, матеріали планування
6.5.	Підготовка звіту педагогічної практики	10	
Разом:		200	

ЗВІТНА ДОКУМЕНТАЦІЯ ПРАКТИКИ

Після закінчення педагогічної практики студент подає на захист таку документацію:

1. Характеристику на студента-практиканта за підписом директора школи і затверджену печаткою.
2. Звіт про педагогічну практику затверджений директором школи чи його заступником.
3. Індивідуальний план роботи студента-практиканта.
4. Конспекти уроків – 20
5. Сценарій шкільного спортивно-масового свята в одній із вікових груп, розробленого на народознавчій основі.
6. Конспекти проведення 4 заняття однієї із спортивних секцій в школі.
7. Розробки спортивно-оздоровчих заходів, що проводяться в режимі навчального дня, конспектів уроків, сценаріїв свят з опорою на народний ігровий матеріал.
8. Психолого-педагогічна характеристика на учня та клас.
9. Матеріали науково-дослідної роботи (порівняльний аналіз рівня фізичної підготовленості учнів тих класів, в яких студент проводив заняття).

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Ареф'єва В. Г., Стодітенко В. В. Фізичне виховання в школі, 1997.
2. Аршовский И. А. Физиологические механизмы и закономерности индивидуального развития. – М.: Наука, 1982. – 27 с.
3. Бех І. Д. Проблема методів виховання у сучасній школі // Педагогіка і психологія. – 1996. – № 4 – С. 136–141.
4. Бойко В. Котилася торба. – К., 1990.
5. Борисенко А. Ф., Цвек С. Ф. Руховий режим учнів. – К., 1989.
6. Войтенко С. П. Здоров'я здорових. – К.: Здоров'я, 1991. – С. 34.
7. Волков Л. В. Физическое воспитание учащихся: Пособие для учителя. – К.: Рад. шк., 1988. – 182 с.
8. Воробей Г. В. Народні ігри та забави. – К., 1995.
9. Глухов В. И. Физическая культура в формировании здорового образа жизни. – К.: Здоров'я, 1989. – 72 с.
10. Дубогай Л. Д. Управління формуванням професійного інтересу до занять фізичними вправами /Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: 36 наук. праць. – Луцьк, 1999. – 180 с.
11. Івашенко В. П., Безкопильний О. П. Методика фізичного виховання: Навчальний посібник. – Черкаси, 2005. – Ч. 1. – С. 216–230.
12. Капішевський С. М. Науково-методичні та організаційні основи фізичного самовдосконалення. – Київ, 2001. – 150 с.
13. Коваленко Б. А., Гуровський Н. Н. Гипокинезия. – М.: Медицина, 1980. – 318 с.
14. Круцевич Т. Ю. Методи дослідження індивідуального здоров'я дітей і підлітків у процесі фізичного виховання. – К.: Олімпійська література, 1999. – 231 с.
15. Мухін В. М. Фізична реабілітація. – К.: Олімпійська література, 2000. – 421 с.
16. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту. – Газ. Спортивна газета, – 04 груд. – 2003.
17. Нестеровський Д. І., Куракін В. С. Інтегративний підхід у фізичному вихованні школярів // Науково-практична конференція. Посібник. – М., 1991. – С. 95.
18. Пепал В. Горохова скриня. – К., 1993.
19. Пухлай В. Наше здоров'я – у наших руках. – К., 1995. – 20 с.
20. Рыбковский А. Г. Управление двигательной системностью человека. – Донецк: Феникс, 1998. – 300 с.
21. Серкіс Б. Р. Самоконтроль під час самостійних занять фізичною культурою. – Рівне: РДК, 1998. – С. 15–18.
22. Фомін Н. А., Вавилов Ю. Н. Физиологические основы двигательной активности. – М.: ФиС, 1991. – 224 с.
23. Шиян Б. М. Методика фізичного виховання школярів. – Львів, 2004. – С. 112.

Додатки

ЗРАЗКИ ДОКУМЕНТАЦІЇ ПРАКТИКАНТА

1. Титульний лист зошита обліку роботи практиканта.

Облік роботи з педагогічної практики

студента IV курсу, групи _____

(прізвище, ім'я, по батькові)

СЗШ № _____

Директор _____

Учитель фізкультури _____

Бригада № _____

Початок практики _____

Кінець практики _____

2 сторінка

Склад бригади

№ з/п	Прізвище, ім'я, по батькові	№ навчальної групи	Спеціалізація	Домашня адреса

3 сторінка

Розклад уроків з фізичної культури

№ з/п	Дні тижня	№ дзвінок	№			
			1	2	3	4
1.	Понеділок	8.30–9.15	9.25–10.10			
2.	Вівторок					
3.	Середа					

4–5 сторінки

“Затверджую”

Фаховий керівник _____

Індивідуальний план роботи

№ з/п	Зміст роботи	Термін виконання	Відмітка про виконання	Підпис методиста

Дата _____

Підпис _____

6 сторінка і далі

Щоденник роботи

Дата	Виконання роботи	Витрачений час	Підпис методиста

Фаховий керівник _____
"Затверджую"
Поурочний план-графік з фізичної культуридля _____
на _____ семестр 200_/200_ н. р.
Контрольні нормативи

Завдання

- | | |
|----------|----------|
| 1. _____ | 1. _____ |
| 2. _____ | 2. _____ |
| 3. _____ | 3. _____ |

№ з/п	Зміст навчального матеріалу	Кількість годин	№ уроків												Зауваження
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
I	Теорія														
1															
2															
II	Практика														
1															
2															
3															

Дата

Підпис

"Затверджую"

Фаховий керівник _____
"Затверджую"
Поурочний робочий план з фізичної культуридля _____
на _____ семестр 200_/200_ н. р.
Контрольні нормативи

Завдання

- | | |
|----------|----------|
| 1. _____ | 1. _____ |
| 2. _____ | 2. _____ |
| 3. _____ | 3. _____ |

№ з/п	Підготовча частина	Основна частина	Заключна частина	Примітки

Дата

Підпис

Примітка: в поурочному робочому плані зміст заключної частини уроку планувати необов'язково.

Фаховий керівник _____
"Затверджую"
Конспект уроку № _____
з фізичної культури для учнів _____ класу

Завдання

- _____
 - _____
 - _____
- Дата проведення _____
Інвентар _____

Частини уроку	Зміст уроку (завдання та вправи)	Дотування	Організаційно-методичні вказівки
1	2	3	4

Дата

Підпис

Література, якою користувався практикант.

Оцінка за конспект.

Оцінка за проведення уроку.

Зауваження фахового керівника (вчителя) щодо проведення уроку.

Методичні вказівки щодо проведення уроку

При складанні конспекту уроку особливу увагу слід приділити визначенню завдань.

Під час уроків фізичної культури вирішуються завдання з навчання учнів рухових дій відповідно до вимог чинних навчальних програм, народних рухливих ігор, забав, виховання моральних, вольових та загальнолюдських якостей, фізичного розвитку й функціонального вдосконалення організму учнів, а також перевірки та оцінки знань, умінь, практичних навичок учнів.

Виховні завдання: виховання морально-вольових якостей нерозривно пов'язане зі всією навчальною роботою в школі, тому ці завдання записуються в конспекті уроку, тільки в тих ситуаціях, коли без того не можна вирішити виховних та оздоровчих завдань.

Присада: сприяти вихованню сміливості, необхідної для виконання якої-небудь дії.

Освітні завдання: формування завдання для опанування учнями технікою рухових дій, уміння використовувати засвоєні навички в різних умовах, оволодіння певними знаннями, уміннями та навичками.

Якщо процес навчання окремих рухових дій (вправ) проходить поетапно, (ознайомлення з тими вправами, що вивчаються, вивчення окремих елементів і цілої рухової дії, а також удосконалення в техніці й виконанні), то у формулюванні завдань необхідно визначити, якому з етапів навчання буде відповідати поставлене ними завдання.

Присада

- Ознайомити зі способів лазіння по канату за 3 прийоми.
- Навчити способам захвата каната ногами.
- Навчити техніці лазіння по канату за 3 прийоми.
- Сприяти вдосконаленню техніки лазіння по канату за 3 прийоми.

Оздоровчі завдання не вирішуються в процесі одного уроку. Проте вони повинні реалізовуватись на кожному уроці через формування навичок правильної постави, дихання, запобігати плоскоступості, сприяти загальному фізичному розвитку та зміцненню й відновленню здоров'я дітей з ослабленим станом здоров'я, які віднесені за матеріалами

медичних обстежень до підготовки й спеціальної медичних груп.
Приславо: сприйняти формувально правильності постави за допомогою якихось конкретних вправ або завдань.

Зміст конспекту уроку

У підготовчій частині уроку вказується вид шиккування учнів, рапорт, пояснення завдань, перешикування до проведення загально розвивальних вправ, запис тих вправ з обов'язковим дозуванням та методикою проведення.

Зміст основної частини записується докладно: спеціально-підготовчі та підвідні вправи до кожного вирішувалого завдання, основні та допоміжні вправи, рухливі та народні ігри.

У заключній частині записуються вправи, які сприяють кращому відновленню процесів в організмі та підготовчі учнів до наступної діяльності.

У графі "Дозування" вказується час виконання або кількість повторень вправи.

Організаційно-методичні вказівки до уроку охоплюють наступне коло питань:

1. Умови проведення та організація уроку.
2. Методичні вказівки до окремих вправ та проведення уроку в цілому.
3. Облік проведеної роботи.

Умови проведення та організації уроку

Умови проведення уроку

- 1 Підготовка місць занять.
- 2 Наявність необхідного інвентаря.
- 3 Заходи страхування та попередження нещасних випадків.

Приславо:

- зробити розмітки для гри до уроку;
- не допускати зустрічного кидання набивних м'ячів;
- перевірити справність кріплення приладів.

Умови організації уроку

1. Методи та способи організації учнів.
2. Розміщення учнів.
3. Місце та характер самостійної роботи учнів.
4. Порядок користування інвентарем, підготовка та прибирання приладів.
5. Залучення школярів до суддівства та страхування.

Приславо:

- вправи виконувати в трійках;
- стрибки виконувати поспішно, вишикувавши учнів у дві шеренги;
- забезпечити в парах взаємний контроль за якістю виконання;
- мати встановити попарно в довжину.

Методика проведення уроку

Визначається і уточнюється вибір найбільш доцільних методів та методичних прийомів навчання учнів рухових дій.

Приславо

1. Навчання – почати вивчення техніки ведення м'яча руками на місці, а потім у русі:

- звернути увагу на правильний напрям поштовху ногами (при перекиді);
 - дати домашнє завдання для кращого засвоєння вправи і т. д.
2. Поглиблення знань:

- підкреслити перевагу техніки стрибка заданим способом;
- дати поризькіліу характеристику варіантів кидків.

3. Конкретні методичні прийоми по ходу виконання вправ: для утворення більш правильного уявлення про дану вправу:

- виконувати її за свистком;
- подати сигнал на головній фазі вправи;
- перевірити вихідне положення перед заключним зусиллям;

для поліпшення умов виконання вправи:

- міст виконувати з підтримкою,

стійкі виконувати біля стіни;

4. Дозування навантаження:

- повторити максимальне число раз "до відказу";
- виконувати вправи 12–16 раз.

5. Моральне виховання:

• вказати, яка морально-вольова, загальнолюдська якість виховується в процесі виконання фізичної вправи, спортивної, рухливої гри та забави тощо.

Схема педагогічного аналізу уроку фізичної культури

Клас _____ Дата _____ № уроку _____
Хто проводить _____

Фронтальний або повний аналіз уроку охоплює певні розділи
I. АНАЛІЗ КОНСПЕКТУ УРОКУ

1. Правильність та чіткість постановки завдань.
2. Відповідність матеріалу, що вивчається, поставленим завданням програми, рівню фізичної підготовленості учнів, умовам проведеного уроку.
3. зв'язок з попередніми уроками.
4. Правильність розподілу часу за частинами уроку.
5. Термінологічна правильність запису вправ.
6. Запис організаційно-методичних вказівок.
7. Правильність дозування вправ на уроці.
8. Правильність підбору підготовчих та підвідних вправ.
9. Чи передбачені заходи страхування, безпеки та допомоги.
10. Використання наочних посібників.
11. Як передбачається стимулювати активність учнів (мотиваційний аспект, між предметні зв'язки, музичний супровід, новизна, народний ігровий матеріал тощо).

II. САНІТАРНО-ГІГІЄНИЧНА ОЦІНКА УМОВ ПРОВЕДЕННЯ УРОКУ

1. Площа та кубатура залу, її відповідність санітарно-гігієнічним нормам.
2. Характеристика природного та штучного освітлення.
3. Система опалення, температура, вентиляція.
4. Яка система прибирання залу, чистота його, обладнання та інвентар.

III. ВЛАСНІ ПЕДАГОГІЧНІ СПОСТЕРЕЖЕННЯ ЗА ХОДОМ УРОКУ ТА ДІЯМИ ВЧІТЕЛЯ ТА УЧНІВ

Спостерігаючи за ходом уроку, слід звернути увагу на наступні моменти:

1. Постановка завдань уроку.
2. Які методи організації учнів застосовувались, їхня ефективність?
3. Які методи передачі знань використовував учитель, їхня ефективність?
4. Чи використовувались підготовчі або підвідні вправи, ефективність їх використання?
5. Правильність її своєчасність надання допомоги та страхування навчання самострахуванню.

6. Уміння вчителя виявляти й виправляти помилки.
7. Місце вчителя в процесі проведення уроку.

Спостерігаючи за діями вчителя, необхідно звернути увагу на наступні моменти:

1. Знання предмета.
 2. Загальна культура.
 3. Педагогічна майстерність і педагогічний такт.
 4. Уміння організувати й спрямовувати роботу колективу учнів.
- Матеріал педагогічних спостережень повинен закінчуватись висновками та пропозиціями.

Методика визначення щільності уроку фізичної культури

З метою визначення щільності уроку необхідно провести спостереження за уроком та діяльністю учнів. За об'єкт спостереження рекомендується вибрати учня середнього за показниками фізичного розвитку, котрий бере активну участь на уроці.

Із дивком відзначається секундомір, у відомості реєструється затрата часу на той чи інший вид діяльності учнів на уроці. У графі "Зміст діяльності учня" записується зміст педагогічного процесу (шикування, пояснення, виконання вправ та ін.). У третій графі фіксується час закінчення кожного виду діяльності, котрий розподіляється на такі види діяльності:

- пояснення і показ техніки вправ;
- виконання вправ;
- чекання черги для виконання вправи та відпочинок;
- простій за виного викладача.

Для визначення загальної щільності уроку використовують таку формулу:

$$\text{Загальна щільність} = \frac{\text{час корисної дії}}{45} \cdot 100\%$$

Час корисної дії – педагогічно виправдні затрати часу на уроці, до яких відносять графі відомості 4, 5, 6, 7 (сума часу).

Для визначення моторної щільності уроку використовують формулу:

$$\text{Моторна щільність} = \frac{\text{час виконання вправ}}{45} \cdot 100\%$$

Пропонуємо для зразка протокол хронометрії уроку.

**Протокол
даних хронометрування уроку**

проведеного (дата) _____
студентом (ППП) _____
в класі _____

Хронометраж уроку

Части на урок у	Зміст діяльності						Виконання	Чекання черги виконання та відпочинок	Допоміжна робота	Простій за виного вчителя
	Час закінчення діяльності	Пояснення і показ	Виконання	Відпочинок	Допоміжна робота	Простій за виного вчителя				
1	Шікування									
2	Репорт чергового, ознайомлення із завданнями уроку									
3	Стройові вправи									
4	Ходьба									
5	Біг									
6	Ходьба									

7	Перешікування з колони по одному в колону по чотири послідовними поворотами в русі									
8	Виконання комплексу вправ в парах: - пояснення першої вправи; - виконання її; - пояснення другої вправи; - виконання її; - пояснення третьої вправи; - виконання її; - пояснення четвертої вправи; - виконання її; - пояснення п'ятої вправи; - виконання її; - пояснення шостої вправи;									
	- виконання її; - пояснення сьомої вправи; - виконання її; - виконання її;									
9	Ходьба на місці									
10	Перешікування в колону									
11	Ознайомлення з технікою акробатичної комбінації: - виконання комбінації в цілому; - очікування черги для виконання вправи; - виконання елемента комбінації; - очікування черги для виконання вправи; виконання елемента комбінації; - очікування черги для виконання вправи; - виконання елемента комбінації									
12	Аналіз та розбір техніки виконання акробатичної комбінації									
13	Шікування та перехід до наступного місця занять									
14	Повторення техніки опорного стрибка: - виконання вправи; - очікування черги для виконання вправи; - виконання вправи; - очікування черги для виконання вправи; - виконання вправи; - очікування черги для виконання вправи; - виконання вправи									
15	Прибирання приладів та підготовка інвентаря для рухливої гри									
16	Ознайомлення з правилами гри									
17	Рухлива гра "Взяття фортеці"									
18	Шікування класу, ходьба, вправи для відновлення дихання									

19	Підбиття підсумків уроку, домашнє завдання						
20	Організаційний вихід учнів з залу	45,0					
Усього							

27.02.200__р.

Підпис

Методика визначення фізичного навантаження на уроці фізичної культури

Для визначення фізичного навантаження на уроці у одного з учнів в ході уроку підраховують пульс 10-12 разів. Як правило, пульс вимірюють до початку уроку і перед виконанням основних завдань уроку. Так, безпосередньо, пульс вимірюють перед підготовчою частиною уроку, після неї, перед виконанням і після виконання вправ, з допомогою яких вирішуються основні завдання уроку, перед заключною частиною уроку і після його закінчення. Пульс підраховується за 10-15 секунд і результат необхідно помножити відповідно на 6 або 4, для того щоб отримати кількість скорочень за хвилину. Всі результати вимірювань записують в протокол і на їх основі складають криву навантаження. По горизонтальній від вихідної точки відкладають час уроку з виділенням його частин, а час вимірювання пульсу помічають крапками і по вертикальній осі від тієї ж вихідної точки відкладають частоту пульсу. Після цього відкладені точки сполучають кривою, яка в деякій мірі відображає рівень фізичних навантажень.

ПРОТОКОЛ

обліку пульсових даних з уроку, проведеного “__” “__” 200__ року,

класу школи №__

прізвище, ім'я, по батькові учня _____

Спостереження за пульсом проводив (ла) _____

№ з/п	Зміст діяльності учня	Час підрахунку пульсу	Частота пульсу	
			за 10 сек	за 1 хв
1.	До початку уроку			
2.	Шиккування класу			
3.	Строїлові вправи			
4.	Біг			
5.	Комплекс загальнорозвивальних вправ у парях			
6.	Виконання акробатичної комбінації			
7.	Аналіз техніки вирави			
8.	Виконання опорного стрибка			
9.	Народна рухлива гра			
10.	Шиккування класу			
11.	Підбиття підсумків уроку, домашнє завдання			

27.02.200__р.

Підпис

Схема складання психолого-педагогічної характеристики на учня

1. Прізвище, ім'я, по батькові. Стан здоров'я та фізичного розвитку. Побутові та сімейні умови (матеріальна забезпеченість, стан виховання дітей у сім'ї, наявність батьків, взаємовідносини між батьками і дітьми в сім'ї та інше).

2. Характеристика пізнавальної діяльності учня:

— увага на уроках (стійкість уваги протягом року, відвертання уваги та його причини);

уміння розподіляти та переключати увагу на уроках. Розясніти уваги та її причини;

особливості пам'яті (вид запам'ятовування, тип пам'яті);

мислення учня, уміння самостійно аналізувати порівнювати, узагальнювати, кмітливість, самостійність, критичність мислення, культура мови (багатий словниковий запас, граматична правильність, образність усної і письмової мови).

3. Емоційно-вольові якості учня. Вплив почуття на процес навчання. Наявність в учня інтелектуальних почуттів. Моральні та естетичні почуття. Позитивні (наполегливість, витримка, рішучість, сміливість), негативні (упертість, невихованість), вольові риси.

4. Спрямованість особистості й загальний розвиток учня. Потреби та його інтереси. Види інтересів: суспільно-політичні, професійні, пізнавальні, естетичні, читашські, спортивні. Трудова спрямованість учня. Участь у громадсько-політичній роботі. Виконання громадських доручень.

5. Здібності.

6. Темперамент і характер учня. Особливості темпераменту: рухливість, урівноваженість, збудливість. Риси характеру: правдивість, чесність, організованість і самостійність в роботі, чуйність, скромність, самокритичність. Навички культурної поведінки. Звички: гігієнічні, культурні, естетичні. Розвиток і виховання характеру в школі. Боротьба з вадами характеру, формування позитивних якостей.

7. Особливості навчання діяльності. Успішність учня. Які предмети даються легше, які важче, з яких відстає? Як виконує домашнє завдання? Як відвідує уроки? Дисциплінованість і акуратність. Навички самостійної роботи. Мотиви навчання.

8. Учень як член колективу класу і школи. Як і які виконує доручення? Становище в колективі класу. Наявність в учня товаришів і друзів, зміст і характер товаришування і дружби. Ставлення до молодших товаришів, учителів.

9. Загальні висновки. Найбільш характерні особливості учня, які слід врахувати при індивідуальному підході до нього. Першочергові педагогічні заходи, які необхідно застосувати до нього.

Орієнтовна психолого-педагогічна характеристика класу

№ з/п	Зміст знань про клас	Методи вивчення класного колективу
1	2	3
1	Склад класу (кількість хлопчиків та дівчаток). Класне самоврядування. База класу (класна кімната). Узагальнена думка колег-предметників, які працюють у класі, про класний колектив (дружний, активний, складний, слабкий)	Опитування вчителів, які працюють у класі. Психолого-педагогічне спостереження за громадською думкою учнів у колективі, участю в громадській роботі й одночасне спостереження за ставленням до неї учнів. Зіставлення власних висновків з думками і висновками колег
2	Типовість внутрішньо колективних взаємин, їхня переважна спрямованість (на навчання, працю, спорт, бізнес). Переважний тон і стиль у внутрішньо колективних стосунках (доброзичливість, байдужість, конфліктність, індивідуалізм). Вплив неформальних лідерів колективу на решту учнів у навчанні, допомозі відстаючим, у праці на загальну користь, інтересах, спорті	Педагогічне спостереження за характером взаємин між лідерами, які впливають на решту учнів. Довірчі бесіди з найавторитетнішими лідерами про ступінь взаємовпливу, позитивну чи негативну реакцію на втручання одних у справи інших

1	2	3
3	Відмінності між "офіційними" активістами, які відіграють провідні ролі, і справжніми лідерами в колективі – реальність впливу тих і інших	Розгляд конфліктів у процесі роботи щодо згуртування колективу, виявлення їх глибини й тривалості. Які частіше контакти з лідерами колективу, вплив на колектив через їхні втручання, передача їм ряду функцій з організації самообслуговування, чергування по школі, харчування у їдальні. Педагогічне спостереження за їхніми організаторськими діями
4	Вияв учнів-індивідуалістів, які не включаються в колективні справи, ігри, відмовуються від колективу, мотиви їхнього відчуження, мотиви недоброчинного ставлення до них з боку більшості згуртованих однокласників	Спостереження за зростанням відчуженості до замкнених учнів. Вжиття заходів щодо залучення їх до спілкування і громадського життя класу
5	Зміни ставлення у взаминах учнів у міру їх дорослішання. Наявність сталої парної дружби, широкого спілкування, позбавлення від втручвань і конфліктних ситуацій. Зростання можливостей до самовиховання і взаємовпливу. Дружба і кохання в ранньовошанському віці як впливової сили на виправлення недоліків у окремих учнів	Психолого-педагогічне спостереження за розвитком учнівського колективу, його переходи на вищі стадії розвитку взаємин. Висновки з конфліктів, що сталися між учнями
6	Система біологічних, медичних і фізкультурно-спортивних знань, ціннісні орієнтації в цій галузі, шляхи всебічного розвитку особистостей і занять фізкультурою	Опитування вчителів фізичного виховання. Педагогічне спостереження за повсякденною поведінкою школярів. Анкетування учнів
7	Система фізичних умінь, навичок і звичок у режимі дня і життя, досвід самоконтролю і саморегуляції здоров'я з урахуванням навантажень у розумовій і трудовій діяльності	Зіставлення власних висновків з думками вчителів фізичного виховання. Бесіди з учнями, спостереження
8	Заняття спортом у видах, що відповідають фізичним здібностям.	Довірчі бесіди з учнями-спортсменами. Спостереження за взаєминами, ставленням до учнів-спортсменів
9	Творча спортивно-оздоровча діяльність особистого і колективного характеру	Часті контакти з учнями-спортсменами, вплив на колектив через їх втручання
10	Уміння регулювати своє харчування, стежити за своїм одягом, побутом в різних умовах (природних і житлових, міста і села) з позиції гігієни і здорового способу життя; керувати цим процесом у сім'ї чи колективі; уміти лікуватися без ліків: природними засобами, сонцем, повітрям, водою, масажем, рухами	Бесіди з учнями, батьками, класним керівником, вчителями-предметниками. Анкетування учнів
11	Виявлення дітей, що мають відхилення в стані здоров'я. Профілактика захворювань	Вжиття системи заходів, спрямованих на профілактику захворювань, виховання здорового способу життя

КОВАЛЬЧУК Лідія Валеріївна

**ПРОГРАМА
ТА ДИДАКТИКО-МЕТОДИЧНІ МАТЕРІАЛИ
з педагогічної практики**
студентів IV курсу факультету фізичного виховання і спорту
зі спеціальності: 014 – Середня освіта. Фізична культура.

Віддруковано з готового макету замовника

Підписано до друку 28.01.2019 р.
Формат 60х84 1/16. Умов. друк. арк. 1,04.
Папір офсетний. Гарнітура "Times New Roman".
Друк цифровий. Зам № 668.
Тираж 100 примірників.



Видавць Кушнір Г. М.

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до державного реєстру видавців, виготівників і розповсюджувачів видавничої продукції: серія ІФ №31 від 26.01.2009 р.
76000, м. Івано-Франківськ, вул. Шота Руставелі, 1,
тел. (099) 700-47-45, e-mail: kgm.print@i.ua