

Минобрнауки России
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Сыктывкарский государственный университет имени Питирима Сорокина»
(ФГБОУ ВО «СГУ им. Питирима Сорокина»)

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ИСТ

_____ И.А. Козырева

« _____ » _____ 201__ г.

**ПРОГРАММА ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ:
ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА «ОРГАНИЗАЦИЯ ВНЕУРОЧНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ»**

Направление подготовки

44.03.01 «Педагогическое образование»

Направленность/профиль/программы

«Физическая культура»

Квалификация (степень) выпускника

Бакалавр

Сыктывкар, 201__

Лист согласования к программе практики

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование» (утв. приказом Минобрнауки России от 22.02.2018 № 121) и является составной частью основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование направленность», направленность (профиль) «Физическая культура», с учетом профессиональных стандартов «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» и «Педагог профессионального обучения, профессионального образования и дополнительного профессионального образования», Положением о практике и другими локальными актами Университета.

Автор _____ доцент кафедры теоретических и медико-биологических основ физической культуры Института социальных технологий, к.б.н. М.Л. Берговина.

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры теоретических и медико-биологических основ физической культуры Института социальных технологий
«__» _____ 201__ г. зав. кафедрой ТиМБОФК _____ к.б.н., доцент М.Л. Берговина.

Программа одобрена на заседании Учебно-методической комиссии Института социальных технологий от «__» июня 201__ года, протокол № ____.
Председатель УМК ИСТ _____ Н.А. Мартынов.

Программа одобрена на заседании Ученого совета Института социальных технологий от
«__» _____ 201__ г., протокол № ____
Председатель Ученого совета Института социальных технологий И.А. Козырева

Руководитель ОПОП
44.03.01 «Педагогическое образование»
Профиль «Физическая культура» М.Л. Берговина

Содержание программы практики

1. Вид (тип) практики, способы и формы проведения практики.

Вид практики: производственная

Тип практики: педагогическая.

Способ проведения: стационарная, выездная.

Практика проводится концентрированно в структурных подразделениях ФГБОУ ВО «СГУ им. Питирима Сорокина», а также образовательных организациях, связанных с Университетом договорами о проведении практики и имеющих необходимое для проведения занятий по физической культуре материально-техническое оснащение и квалифицированных педагогов.

2. Перечень планируемых результатов обучения при прохождении практики, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Цель и задачи практики определяются комплексом компетенций, которыми должен овладеть выпускник в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки / специальности 44.03.01 Педагогическое образование, направленность (профиль) «Физическая культура», а также комплексом трудовых функций, которыми должен овладеть выпускник в соответствии с профессиональными стандартами «Педагог (педагогическая деятельность в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании) (воспитатель, учитель)», «Педагог профессионального обучения, профессионального образования и дополнительного профессионального образования» «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», а именно: общепедагогическая функция, обучение, воспитательная деятельность и развивающая деятельность.

Задачи практики:

- закрепление знаний и умений, связанных с деятельностью педагога по проектированию и реализации учебного процесса по физической культуре в ходе организации и проведения различных типов занятий, а также при оценке их результатов;
- углубление и практическое обогащение теоретических знаний, формирование умений их практического применения в решении конкретных педагогических задач;
- формирование умений анализа, планирования и организации внеурочной деятельности по физическому воспитанию обучающихся;
- формирование устойчивого интереса к профессии педагога по физической культуре, убежденности в правильности ее выбора;
- формирование потребности в самообразовании и совершенствовании профессиональных знаний и умений;
- выработать творческий, исследовательский подход к педагогической деятельности.

*В результате прохождения практики обучающийся должен приобрести следующие **универсальные, общепрофессиональные и профессиональные** компетенции:*

- способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений (УК-2),
- способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия (УК-4),
- способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах (УК-5),
- способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов (ОПК-3),

- способен осуществлять духовно-нравственное воспитание обучающихся на основе базовых национальных ценностей (ОПК-4),
- способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями (ОПК-6),
- способен взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ (ОПК-7),
- способен проводить диагностику уровня развития личностных и метапредметных образовательных результатов обучающихся (ПК-2),
- способен к реализации программ учебных предметов, направленных на достижение предметных образовательных результатов обучающихся в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов (ПК-4).

3. Место практики в структуре образовательной программы.

Производственная практика относится к обязательной части учебного плана основной профессиональной образовательной программы (далее – ОПОП) по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», направленность (профиль) «Физическая культура».

Производственная практика проходит под руководством руководителя практики от кафедры теоретических и медико-биологических основ физической культуры.

4. Объем практики и ее продолжительность

Производственная практика проводится в форме концентрированной практики на 4-м курсе. Трудоёмкость практики составляет 9 зачетных единиц (з.е.) или 324 академических часов. Продолжительность учебной практики – 6 недель.

5. Содержание практики

Учебная практика проходит в три этапа: подготовительный (ознакомительный), основной, заключительный.

На первом этапе предусматривается проведение установочной конференции, знакомство обучающегося с программой практики, с требованиями при ее прохождении, с формой и содержанием отчетной документации, прохождение инструктажа по технике безопасности; составление индивидуального плана практики.

Основной этап включает виды и формы работы, определяемые научным руководителем, в том числе:

1. Организационная работа

- Участие во вводной лекции-инструктажу по технике безопасности.
- Прохождение медосмотра (по требованию организации базы практики).
- Участие в установочной конференции.
- Ознакомительные беседы с директором школы, учителем физической культуры, классным руководителем, врачом школы, учащимися.
- Участие в методических занятиях.
- Составление индивидуального плана работы.
- Оформление документации по разделу.

2. Внеурочная работа по физической культуре

- Составление плана работы на период практики.
- Просмотр УТЗ, проводимых ведущим учителем/тренером-преподавателем (не менее 6-ти в первые три недели практики).
- Работа в качестве помощника при проведении УТЗ/секционных занятий (не менее 6-ти в первые три недели практики).
- Разработка конспектов УТЗ/секционных занятий (два полных конспекта на отдельных листах и один зачетный).

- Проведение УТЗ/секционных занятий (не менее 6-ти в последние три недели практики).
- Разработка сценария (Положения) и проведение внеклассного мероприятия по физической культуре.
- Оформление документации по разделу.

3. Учебно-исследовательская работа

- Составление характеристики базового учреждения.
- Проведение хронометража УТЗ/секционного занятия.
- Проведение пульсометрии УТЗ/секционного занятия.
- Проведение исследования физического развития занимающихся.
- Оформление результатов исследований.

На заключительном этапе обучающийся составляет отчет о прохождении учебной практики. Итоги практики подводятся на заседании кафедры теоретических и медико-биологических основ физической культуры. Отчет утверждается протоколом заседания кафедры теоретических и медико-биологических основ физической культуры; (дифференцированный) зачет как форма контроля по практике выставляется руководителем обучающегося по результатам защиты отчета.

6. Формы отчетности по практике.

6.1. Требования к отчетности по практике.

Отчет должен предоставляться в печатном (формат А-4) виде (Word) в папке-скоросшивателе. Печатный вариант должен быть оформлен в соответствии с требованиями и содержать следующее:

1. Титульный лист (Приложение 1).
2. Дневник (Приложение 2).
3. Материалы практики.

Определяющим основанием для аттестации обучающегося по итогам прохождения учебной практики являются отзывы руководителя практики и отзыв из образовательной организации, в которой обучающийся проходил практику.

Оценка результатов работы обучающегося в процессе учебной практики приравнивается к зачетам по теоретическому обучению и учитывается при подведении итогов его общей успеваемости.

7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по практике.

Паспорт фонда оценочных средств – см. приложение 8.

Подведение итогов практики. По окончании практики студент составляет письменный отчет о пройденной практике и оформляет необходимую документацию, которая сдается на кафедру теоретических и медико-биологических основ физической культуры. Содержание отчета определяется настоящей программой. Отчеты студентов рассматриваются руководителями практики от кафедры.

В итоговой оценке должны учитываться все стороны деятельности студентов во время прохождения учебной практики. Итоговая оценка утверждается на защите результатов практики после анализа групповым руководителем отчетной документации студента-практиканта (Приложение 7).

Передача зачета по практике допускается не более двух раз («Положение о практике студентов сыктывкарского государственного университета»).

При оценке результатов работы практиканта используются следующие методы:

- анализ документации студентов по практике (дневников, отчетов и проч.);
- анализ характеристик студентов, написанных педагогами-наставниками (Приложение 6);
- самооценка студентами степени подготовленности к выполнению профессиональных функций.

Студентам, имеющим стаж практической работы по профилю подготовки не менее 6 месяцев, по решению ответственной кафедры по результатам защиты практика может быть зачтена с обязательным предоставлением документации, соответствующей программе практики.

8. Особенности организации практики для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Организация практики для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья осуществляется в соответствии с законодательством Российской Федерации. Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья выбор места и способ прохождения практики устанавливается Университетом с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья, а также требования по доступности.

9. Перечень учебной литературы и ресурсов сети «Интернет», необходимых для проведения практики.

Основная литература:

1. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования. – М., 2018.
2. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. – М., 2018.
3. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования. – М., 2018.
4. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации». – М., 2018.

Дополнительная литература:

1. Барчуков И.С. Физическая культура: учебник для студ. учрежд. ВПО / И.С. Барчуков; под ред. Н.Н. Маликова. 5-е изд., стер. М.: Академия, 2012. 527 с.
2. Евсеев Ю.И. Физическая культура: учебное пособие для студентов вузов. Рек. МО РФ / Ю.И. Евсеев. 8-е изд., испр. РнД: Феникс, 2012. 446 с.
3. Зеновский Е.В. Практикум по теории физической культуры (планирование и контроль): учебное пособие для студентов / Е.В. Зеновский, М.И. Бочаров. Ухта: ИПО УГТУ, 2010. 120 с.
4. Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры: учебник для студ. учрежд. ВПО / В.С. Кузнецов. М.: Академия, 2012. 411 с.
5. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: учебник / Под ред. Ю.Ф. Курамшина. М.: Советский спорт, 2004. 464 с.
6. Ланда Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности: учеб. пособие / Б.Х. Ланда. М.: Советский спорт, 2005. 192 с.
7. Лях В.И. Физическая культура: 5-9 классы: тестовый контроль: пособие для учителя / В.И. Лях. М.: Просвещение, 2007. 144 с.
8. Лях В.М. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов / В.М. Лях, А.А. Зданевич. М.: Просвещение, 2009. 128 с.
9. Теория и методика физической культуры (планирование, контроль и анализ) [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов / Е.В. Зеновский. – Сыктывкар : Изд-во СыктГУ, 2015.
10. Физическая культура: учебник для ОУ СПО. Рек. ФГУ «ФИРО» / Н.В. Решетников и др. 12-е изд., стер. М.: Академия, 2012. 175 с.
11. Физическая культура: учебник для студ. вузов. Рек. Московским пед. гос. университетом / А.Б. Муллер, Н.С. Дядичкина, Ю.А. Богащенко и др. М.: Юрайт, 2013. 424 с.

12. Физическая культура: учебник. Рек. ФГУ «ФИРО» / Н.В. Решетников и др. 15-е изд., стер. М.: Академия, 2015. 176 с.

Интернет-ресурсы:

Официальные сайты:

1. Федеральный портал «Российское образование»: <http://www.edu.ru/>
2. Единое окно доступа к образовательным ресурсам: <http://window.edu.ru/window>
3. Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург: <http://lesgaft.spb.ru/>
4. Российский Государственный Университет Физической Культуры, Спорта и Туризма: <http://www.sportedu.ru/>

Учебные материалы:

1. Основы физической культуры в вузе: - http://cnit.ssau.ru/kadis/ocnov_set/
2. Научный портал «Теория ру»: <http://teoriya.ru/>
3. Педагогическая практика в структуре профессиональной подготовки студентов факультета физической культуры: <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/2006N4/p20-21.htm>
4. Методические указания к организации и проведению педагогической практики студентов университета: http://www.psycheya.ru/lib/ped_prakt.pdf

Иное:

1. Публичная электронная библиотека - <http://public-library.narod.ru/>
2. Российский общеобразовательный портал - www.school.edu.ru
3. Федеральный институт педагогических измерений - <http://fipi.ru/>
4. Федеральный портал «Российское образование» - www.edu.ru
5. Энциклопедии, словари, справочники - www.encyklopedia.by.ru
6. Энциклопедия «Кругосвет» - www.krugosvet.ru

9. Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем: демонстрационные, обучающие, информационно-поисковые и справочные, учебно-игровые.

10. Описание материально-технической базы, необходимой для проведения практики: открытый стадион, лыжная база, специализированные спортивные залы для спортивной гимнастики, залы по спортивным играм, атлетической гимнастике и аэробике, настольному теннису, единоборствам, компьютерные аудитории с выходом в интернет; аудитории, специально оборудованные мультимедийными демонстрационными комплексами; методический кабинет для самостоятельной работы студентов.

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Сыктывкарский государственный университет имени Питирима Сорокина»
(ФГБОУ ВО «СГУ им. Питирима Сорокина»)

**ОТЧЕТ ПО ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКЕ:
ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА «ОРГАНИЗАЦИЯ ВНЕУРОЧНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ»**

**Направления подготовки
44.03.01 «Педагогическое образование»
Профиль «Физическая культура»**

студента ___ курса группы _____

фамилия, имя, отчество

Место
практики _____

(полное юридическое название организации, адрес)

Сроки практики _____

Руководитель практики от кафедры ТиМБОФК _____

Руководитель базы практики (директор) _____

М.П.

Итоговая оценка
по практике _____
по итогам отчетной конференции

Руководитель
ОПОП _____ / _____ /

« _____ » _____ 20 _____

Сыктывкар 20 _____

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Сыктывкарский государственный университет имени Питирима Сорокина»
(ФГБОУ ВО «СГУ им. Питирима Сорокина»)

**ДНЕВНИК ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ:
ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА «ОРГАНИЗАЦИЯ ВНЕУРОЧНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ»**

Студента группы _____

фамилия имя отчество

Сыктывкар 20 _____

Материально-техническая база _____

дать краткую характеристику спортивному инвентарю, спортивного зала

Список занимающихся в секции _____

Расписание звонков

| уроки | будни | суббота | сокращенное расписание |
|--------------|--------------|----------------|-----------------------------------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

Расписание секционных занятий

| День недели | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|--------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| Понедельник | | | | | | |
| Вторник | | | | | | |
| Среда | | | | | | |
| Четверг | | | | | | |
| Пятница | | | | | | |
| Суббота | | | | | | |

«СОГЛАСОВАНО»
 Директор МБОУ СОШ № 16
 г. Сыктывкар
 Иванова Мария Васильевна

подпись

М.П.

«__» _____ 20__

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПЛАН РАБОТЫ (ОБРАЗЕЦ)

| Содержание работы | Сроки выполнения | Отметка о выполнении (заверяется подписью руководителя от базы практики) |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Организационная работа | | |
| Участие в установочной конференции | | |
| Знакомство с администрацией школы, учителем физической культуры, педагогами дополнительного образования | | |
| Участие в методических занятиях | | |
| Составление индивидуального плана работы | | |
| Участие в заключительной конференции. Защита отчета. | | |
| 2. Внеурочная работа по физической культуре | | |
| Составление плана внеурочной деятельности по физической культуре | | |
| Проведение УТЗ/секционных занятий в качестве помощника на подгруппе: 1. Тема: п. Тема: | | |
| Разработка конспектов УТЗ/секционных занятий: 1. Тема: п. Тема: | | |
| Проведение УТЗ/секционных занятий: 1. Тема: 2. Тема: п. Тема: | | |
| Проведение зачетного УТЗ/секционного занятия: Тема: | | |
| Разработка внеклассного мероприятия по физической культуре «.....» | | |
| Проведение внеклассного мероприятия по физической культуре «.....» | | |

| 3. Учебно-исследовательская работа | | |
|--------------------------------------------------------------|--|--|
| Составление характеристики МТО базового учреждения | | |
| Педагогический анализ УТЗ | | |
| Проведение хронометража УТЗ/секционного занятия | | |
| Проведение пульсометрии УТЗ/секционного занятия | | |
| Исследование уровня физической подготовленности занимающихся | | |

Конспект УТЗ/секционного занятия №1(2)
(оформляется в соответствии с приложением 3)

Контингент:

Задачи:

Место проведения:

Необходимый инвентарь:

Используемая литература:

| Части урока (время) | Содержание учебного материала | Дозировка | Организационно- методические приемы |
|------------------------------------|------------------------------------------|------------------|----------------------------------------------------|
| | | | |

Конспект зачетного УТЗ/секционного занятия
(оформляется в соответствии с приложением 3)

Контингент:

Задачи:

Место проведения:

Необходимый инвентарь:

Используемая литература:

| Части урока (время) | Содержание учебного материала | Дозировка | Организационно- методические приемы |
|------------------------------------|------------------------------------------|------------------|----------------------------------------------------|
| | | | |

Протокол зачетного УТЗ/секционного занятия
(заверяется подписью и печатью руководителя базы практики)

Дата проведения « ____ » _____ 20__ г., класс _____

1. Конспект УТЗ.

Соответствие задач плану УТЗ, материалам упражнений и возрастным возможностям учащихся. Разнообразие и правильность методических указаний.

2. Проведение УТЗ.

Организация (выбор места для занятия, размещение занимающихся, использование оборудования и мелкого инвентаря, распределение упражнений по времени, обеспечение дисциплины, плотности занятий).

Методика обучения и воспитания. Соблюдение дидактических принципов. Разнообразие методов и приемов, соответствие их поставленным задачам и подготовленности занимающихся. Регулирование нагрузки. Обеспечение помощи и страховки.

Поведение практиканта (внешний вид, умение держаться, командный голос, выбор места, педагогический такт, культура речи)

3. Рекомендации и замечания практиканту:

4. Оценка УТЗ _____

Подпись учителя: _____

Подпись руководителя базы практики _____

М.П.

ВЫВОД: _____

Протокол хронометрирования УТЗ/секционного занятия

Класс _____ Школа _____

Дата _____ Место проведения _____

Сведения о наблюдаемом (Ф.И., исходное состояние, самочувствие) _____

Преподаватель _____

Задачи УТЗ _____

| Части урока и действия | Время окончания действий (мин:с) | Время объяснения, показа, наблюдения, осмысливания | Время выполнения упражнений | Время отдыха | Время вспомогательных действий | Время простоев | Примечания |
|------------------------|----------------------------------|----------------------------------------------------|-----------------------------|--------------|--------------------------------|----------------|------------|
| Подготовительная часть | | | | | | | |
| Основная часть | | | | | | | |
| Заключительная часть | | | | | | | |
| Итого по уроку | | | | | | | |

ВЫВОД: _____

Внеклассное мероприятие по физической культуре
(Положение о соревнованиях/сценарий мероприятия и др.)

Характеристика практиканта руководителем от базы практики
(в соответствии с приложением 4 утвержденной программы)

подпись руководителя от базы практики

« _____ » _____ 20__

подпись руководителя базы практики

« _____ » _____ 20__

М.П.

Отчет
о прохождении производственной практики: педагогической
(в соответствии с приложением 6 утвержденной программы)

ПОДПИСЬ

« _____ » _____ 20__ г.

Конспект УТЗ/секционного занятия № 1
по лыжной подготовке

Задачи:

1. Закрепить умение передвигаться попеременным четырехшажным ходом.
2. Оценить умение выполнять переход с попеременного на одновременный ход без шага.
3. Ознакомить с техникой преодоления контруклонов.
4. Проверить уровень развития выносливости (по результатам контрольных соревнований на дистанции 1 км).
5. Развивать уважительное отношение к соперникам.

Место проведения: парк им. Кирова.

Необходимый инвентарь: секундомер, разметка «старт-финиш».

Используемая литература: Лыжный спорт: учеб. для ин-тов и техн-ов физической культуры [Текст] / Под ред. В.Д. Евстратова, Б.И. Сергеева, Г.Б. Чукардина. – М., Физкультура и спорт, 1989. 370 с.

| Части урока (время) | Содержание учебного материала | Дозировка | Организационно-методические приемы |
|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Подготовительная часть (9 минут) | Кратко, но достаточно полно, с использованием условных сокращений и рисунков описываются средства обучения: физические упражнения, игры, эстафеты, теоретические сведения. | Продолжительность заданий, количество повторений, интенсивность: до 10 класса - отдельно для мальчиков и девочек. | Формы организации деятельности, приемы преподавания, способы совершенствования физических качеств и нравственного воспитания, дополнительные задания, пути обеспечения техники безопасности, приемы контроля. Для краткости используются схемы расположений и перемещений |

И т.д. (основная, заключительная)

**План характеристики руководителя от базы практики
на студента-практиканта**

1. Сведения о студенте (ФИО, курс, место прохождения практики)
2. Анализ выполненной студентом программы практики (УТЗ, внеурочные мероприятия и др.)
3. Уровень теоретической и практической подготовки к практике.
4. Умение анализировать и оформлять протоколы мероприятий, хронометрирования и пульсометрии, конспектов УТЗ.
5. Оценка проведения УТЗ (подготовка, уровень методической грамотности).
6. Уровень развития профессионально-важных качеств личности: активность, дисциплинированность, ответственность, самостоятельность и т.п.
7. Рекомендации, пожелания студенту.
8. Отметка за практику.

Вспомогательные материалы для организации практики

1. Хронометрирование занятия и определение моторной плотности проводится с обязательным анализом общей и моторной плотности по частям урока.

Результаты хронометрирования записываются в специальных протоколах (см. ниже). Непосредственно на месте хронометрирования в протоколе заполняются только первые три колонки: части урока; содержание занятия; время окончания деятельности. Остальные пять колонок (выполнение физических упражнений; слушание и наблюдение; отдых и ожидание; действия по организации и простои) заполняются после соответствующего расчета времени.

Протокол хронометрирования урока

Урок провел _____ Дата _____ Время _____
 Школа _____ Класс _____ Место проведения _____
 Количество учеников _____ из них: мальчиков _____ девочек _____
 Количество отделений _____ Фамилия наблюдаемого _____
 Номер урока с начала учебного года _____
 Задачи урока _____

| Части урока | Содержание | Распределение времени по видам деятельности | | | | | | Примечания |
|-------------|------------|---------------------------------------------|---|---|---|---|---|------------|
| | | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | |
| | | | | | | | | |

Условные обозначения:
 3 — Время окончания деятельности (по секундомеру)
 4 — Выполнение физических упражнений
 5 — Слушание и наблюдение
 6 — Отдых и ожидание
 7 — Действие по организации занятия
 8 — Простой

Рис. 1. Образец формы протокола хронометрирования

Обработку результатов хронометрирования необходимо делать в следующем порядке. Вначале рассчитывается время по видам деятельности. Вычисление осуществляется путем определения разности показаний секундомера, зафиксированных с окончанием предыдущей деятельности, и показаний секундомера с завершением последующей деятельности занимающегося. Эти данные разносятся в соответствующие графы. Для получения общей продолжительности занятия и отдельных его частей показатели столбика 3 суммируются. Таким же образом можно рассчитать общую продолжительность каждого вида деятельности.

После этого вычисляется плотность занятия в целом и его отдельных частей. Для расчета моторной плотности занятия необходимо:

- суммировать все числа графы 4 (выполнение физических упражнений);
- проставить полученные значения в формулу:

$$МП = \frac{T_{\text{фy}} \cdot 100\%}{T_{\text{общ}}},$$

где МП – моторная плотность; $T_{\text{фy}}$ – время выполнения физических упражнений; $T_{\text{общ}}$ – общая продолжительность занятия или его части; время проведения всего урока принимается за 100%;

- определить показатель моторной плотности. Например, время, затраченное на выполнение физических упражнений на уроке физической культуры продолжительностью 45 мин, равняется 25 мин. Проставив известные значения в формулу, определим моторную плотность данного урока:

$$МП = \frac{25 \cdot 100\%}{45} = 55,5\%.$$

Аналогично рассчитывается моторная плотность по каждой отдельной части урока.

Для определения общей плотности урока суммируются показатели граф 4, 5 и 7, кроме времени на отдых, ожидание и простои (графы 6 и 8), после чего эти значения проставляются в следующую формулу:

$$ОП = \frac{T_{\text{ад}} \cdot 100\%}{T_{\text{общ}}},$$

Где ОП – общая плотность; $T_{\text{ад}}$ – время активной деятельности; $T_{\text{общ}}$ – общая продолжительность занятия; время всего занятия также принимается за 100 %. Например, время, затраченное на выполнение физических упражнений, равно 25 мин; слушание и наблюдение – 8 мин; действия по организации – 7 мин. тогда $T_{\text{ад}} = 25 + 8 + 7 = 40$. Проставив это значение в формулу, получим

$$ОП = \frac{40 \cdot 100\%}{45} = 88,9\%.$$

Следовательно, моторная плотность проведенного урока равняется 55,5%, а общая – 88,9%.

2. Регистрация и анализ пульсовых данных на занятии. В отчете прилагается протокол пульсовых данных, графическое изображение изменений ЧСС (физиологическая кривая) с приложением краткого анализа. При анализе пульсовой кривой учитываются задачи занятия, характер нагрузки и отдыха, последовательность выполнения заданий и подготовленность к занятию.

Таблица 1

Примерное распределение нагрузки на занятия по показателям частоты сердечных сокращений в минуту

| Часть урока | Время измерения | Пульс за 10 с. | Пульс за 1 мин | Упражнения до и после которых подсчитывался пульс |
|-------------|-----------------|----------------|----------------|-------------------------------------------------------------|
| подготовит. | 0 | 13 | 78 | В покое, до начала урока |
| | 2'40" | 14 | 84 | После рапорта, во время прослушивания задач урока |
| | 4'30" | 18 | 108 | После бега, бега спиной вперед, подскоков на двух |
| | 5'50" | 14 | 84 | После перестроения и размыкания |
| | 7'10" | 16 | 96 | После наклонов |
| основная | 9'30" | 19 | 114 | После сгибания разгибания рук в упоре лежа |
| | 12' | 20 | 120 | После подскоков на двух с поворотом кругом, ходьбы на месте |
| И т.д. | | | | |

Примечание: наблюдение ведется на протяжении всего занятия, подробно записываются упражнения, действия до или после которых подсчитывался пульс.

Таблица 2

Классификация тренировочных нагрузок по пульсу

| Зоны интенсивности | Характер интенсивности нагрузки | Частота сердечных сокращений | |
|--------------------|---------------------------------|------------------------------|----------|
| | | До 130 | До 130 |
| 1 | Низкая | До 130 | До 130 |
| 2 | Средняя | 131-155 | 131-160 |
| 3 | Большая | 156-170 | 161-175 |
| 4 | Высокая | 171-200 | 176-200 |
| 5 | Максимальная | Выше 200 | Выше 200 |

3. Тестирование физических качеств на занятии. Проводится для определения уровня физического развития закрепленного за практикантом класса.

- бег скоростной (спринтерский) на дистанцию 30, 60 или 100 метров. Выбирается одна из дистанций. Тестирование проводится в спортивном зале (если позволяют его размеры) либо на спортивной площадке. Забег проводится с высокого старта после предварительной 5-7-минутной разминки. Регистрируется время пробегания заданного отрезка в секундах с десятыми долями. Для регистрации результата понадобится секундомер. При тестировании на улице необходимо соблюдать гигиенические нормы, а также учитывать погодные условия. Не рекомендуется проводить забеги во время дождя и сразу после него: а также при температуре воздуха свыше 30° С и ниже 0°С. Одежда учащихся

должна быть легкой и удобной, не стесняющей движения – это также важно для результата.

- *челночный бег 3 x 10 м.* проводится в спортивном зале или аналогичном помещении. На расстоянии 10 м друг от друга устанавливаются какие-либо предметы, хорошо заметные, но не способные причинить травму при столкновении с ними. Задание состоит в том, чтобы, стартовав по команде учителя, студент трижды пробежал расстояние от одного предмета до другого, огибая его и бегая по траектории в форме цифры 8. Для оценки ловкости координационных способностей рассчитывается разница между тестом бег на 30 м и челночным бегом, результат в котором всегда более низкий (то есть время бега больше). Чем меньше разница, тем выше координационные способности. Обычно челночный бег занимает примерно в 2 раза больше времени, чем гладкий бег на ту же дистанцию 30 метров. Измеряется время бега в секундах с десятичными долями (сотые доли секунды округляются до ближайшего целого значения).

- *бег на лыжах свободным стилем (оценка выносливости)* на дистанцию 1000 метров или шестиминутный бег на лыжах свободным стилем. Бег в течение 6 минут – это один из тестов, предложенных известным американским врачом К. Купером для оценки аэробных возможностей человека и его выносливости. Его можно проводить как в спортивном зале, так и на стадионе. При этом следует учитывать, что результаты на стадионе бывают обычно более высокими, так что лучше всегда делать одинаково. После разминки по команде «СТАРТ» начинается забег, который длится ровно 6 минут (360 секунд), а регистрируется то расстояние, которое каждый пробежал за это время. Преодоленная дистанция измеряется в метрах. Для теста в беге на дистанцию 1000 м результатом является время преодоления дистанции в секундах, например, если результат составил 4 мин 40 с, в анкету вписывается 280 секунд (т.е. $4 \times 60 \text{ с.} + 40 \text{ с.} = 280 \text{ с.}$).

- *подтягивания на перекладине* обычно выполняется в спортивном зале. Следите, чтобы подтягивание было полным, то есть в начале каждого цикла руки были полностью распрямлены, а в конце, чтобы подбородок возвышался над перекладиной хотя бы на 1-2 сантиметра. В противном случае этот тест ничего не даст. Тест выполняется в максимально возможном темпе. Для девушек тест заменяется на сгибание-разгибание туловища на гимнастической скамейке (или на низкой перекладине).

- *прыжок в длину с места* может проводиться как в зале, так и на стадионе. В зале необходимо использовать мягкие маты. Прыжок производится после разминки из положения «стоя обеими ногами на линии старта». Дальность прыжка измеряется с помощью сантиметровой ленты от линии старта до точки приземления, за которую принимается наиболее близкая к линии старта точка соприкосновения любой части тела с землей (при правильной технике прыжка это обычно бывает пятка). Длина прыжка измеряется в сантиметрах.

- *гибкость* оценивается при максимальном наклоне вперед (в см) сидя (стоя) с выпрямленными в коленях ногами на полу (ступеньке) с нулевой отметкой на уровне стоп. Касание пальцами отметки дальше (ниже) нулевой точки с

сохранением позы не менее 2 с дает положительный результат, ближе (выше) со знаком «-». В зачет идет лучшая из трех попыток.

- *быстрота реакции* измеряется с помощью теста «падающей линейки». Между разведенными на 2-3 см большим и указательным пальцами испытуемого вертикально помещается деревянная линейка так, чтобы отметка «О» была на уровне этих пальцев. Линейку без предупреждения отпускают, она падает вниз, а испытуемый должен ее поймать. Фиксируется длина линейки в месте ее захвата пальцами. Чем больше эта длина – тем ниже скорость реакции. В зачет идет лучшая из трех попыток.

Таблица 3

Протокол результатов и оценки уровня физической подготовленности

| Фамилия, имя | Возраст | Наименование тестов | | | | | |
|--------------|---------|---------------------|--------|---|--------|---|--------|
| | | 1 | оценка | 3 | оценка | 5 | оценка |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

ПЛАН ОТЧЕТА СТУДЕНТА О ПРОХОЖДЕНИИ ПРАКТИКИ

1. Сроки прохождения практики, общая характеристика базы практики и ее окружения (количество учителей, их квалификация, возраст; количество занимающихся).
2. Описание состояния работы в организации (материально-технической состояние, проблемы, традиции, методическо-документационное обеспечение).
3. Анализ полученных профессиональных умений и навыков, в том числе умений и навыков научно-исследовательской деятельности.
4. Выводы по практике и предложения по ее совершенствованию.

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ПРАКТИКИ

«ОТЛИЧНО» - ставится студенту, который выполнил в срок и на высоком уровне весь намеченный объем работы, требуемый программой практики, обнаружил умения правильно определять и эффективно осуществлять основную учебную задачу, способы и результаты ее решения, проявляя в работе самостоятельность, творческий подход, педагогический такт и культуру.

«ХОРОШО» - ставится студенту, который полностью выполнил намеченную на период практики программу работы, обнаружил умения определять основные учебно-воспитательные задачи и способы их решения, проявляя инициативу и самостоятельность в работе, но не смог вести творческий поиск или не проявил активности в творческом и педагогическом росте.

«УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО» - ставится студенту, который выполнил программу практики, но не проявил глубокого знания педагогической теории и умения применять ее на практике, допускал ошибки в планировании деятельности.

«НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО» - ставится студенту, который не выполнял программу практики, обнаружил слабое знание педагогической теории, неумение её применять, устанавливать правильные взаимоотношения с педагогическим составом образовательной организации и учащимися, организовывать педагогическую деятельность.

Паспорт фонда оценочных средств производственной практики

| № п/п | Контролируемые виды деятельности | Код контролируемой компетенции (или ее части) | Наименование оценочного средства |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|----------------------------------------|
| | Установочная конференция, знакомство с требованиями при прохождении производственной практики, с формой и содержанием отчетной документации, прохождение инструктажа по технике безопасности, составление индивидуального плана практики | УК-2,4,5 | План практики |
| | Участие в производственной деятельности подразделения – базы практики | УК-2,4,5 ОПК-3,4,6,7 ПК-2,4 | Отчет о выполненной работе |
| | Отчет о прохождении практики | УК-2,4,5 ОПК-3,4,6,7 ПК-2,4 | Отчет |