

**Учебная практика
(ознакомительная) в средней школе
студентов 4 курса**

**Сроки прохождения практики
с 6 сентября по 17 сентября 2021 года**

**Курсовой руководитель
Язынина Наталья Леонидовна**

Цель учебной практики

обеспечение подготовленности студентов к ведению практической работы с детско-юношеским контингентом в условиях средней школы по утвержденной государственной или альтернативным программам

Задачи учебной практики:

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

Критерии оценки работы студентов-практикантов

- 1) отношение студента к практике** (учитываются его ответственность, добросовестность, исполнительность, рабочая дисциплина, творчество, инициативность, качество подготовленности к урокам, выполнение текущих распоряжений методиста, отношение к учащимся);
- 2) выполнение программных заданий**, отраженных в индивидуальном плане студента, и их качество (участие в организации и проведении организационной, учебно-методической, внеклассной, физкультурно-оздоровительной работы);
- 3) степень овладения студентами профессионально-педагогическими навыками и умениями** (учитываются оценки за составление конспектов и проведение уроков физической культуры, в том числе оценка за контрольный урок);
- 4) качество составления отчетной документации** (профессиональная грамотность, степень теоретической и методической подготовки, своевременность и самостоятельность в разработке отчетной документации);
- 5) уровень воспитательной работы** (по характеристике и оценке классного руководителя).

Отчетные документы по практике

1. Индивидуальный план работы практиканта на период практики.
2. Дневник с подробным анализом выполненной работы в течение практики.
3. Отчет о результатах прохождения учебной практики (ознакомительной) **с подробным анализом документов планирования учебной работы по физической культуре в средней школе).**
4. Конспект урока (по 1 конспекту на каждую возрастную группу)
4. Характеристика студента-практиканта, заверенная подписью директора школы, учителя физической культуры, печатью школы и датой выдачи характеристики (в конце характеристики выставляется оценка за практику).

Образец выполнения титульного листа

СМОЛЕНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА

Дата сдачи документации _____

Отчетная документация
по учебной практике (ознакомительной)
студентки (а) _____ курса факультета

(Ф. И. О.)

Бригада № _____
База практики _____

Оценка за документацию _____

Рекомендуемая оценка за практику _____

Методист _____
(Ф.И.О.)

Смоленск 20____

«Утверждаю»
Учитель физической
культуры

Индивидуальный план работы
студента-практиканта 3 курса
факультета физической культуры и
спорта по учебной практике в
средней школе №25
г. Смоленска
Иванова Ильи Ивановича

№ п/п	Мероприятия	Сроки выполне- ния	Отметка о выполнении
1	2	3	4
Организационная работа			
1.	Участвовать в установочной конференции по учебной практике	11.10.19	Выполнено
2.	Изучить учебно-воспитательный процесс в школе: беседа с директором школы (ФИО), завучем (ФИО); беседа с учителем физкультуры (ФИО); беседа с классным руководителем (ФИО);	11.11.19. 11.11.19	Выполнено Выполнено
3.	Ознакомиться с документацией планирования, контроля и учета учебной и внеклассной работы (учебные программы; годовой, календарно-тематический план-график учебного процесса, календарь спортивных мероприятий учебного заведения)		

II. Учебно-методическая работа

1. Просмотреть уроки физической культуры, проводимые учителем (Ф.И.О.) и провести совместный анализ;	14, 15, 16 ноября	Выполнено
2. Провести уроки физической культуры в качестве помощника учителя физической культуры (ФИО);	17, 19, 20 ноября	Выполнено
3. Провести урок физической культуры в прикрепленных классах в качестве учителя физической культуры (указать классы по расписанию);	в течение практики	Выполнено
4. Составить отчетную документацию по практике;	IV неделя практики	Выполнено
5. Участвовать в защите отчета по практике;	По прибытии на сессию	Выполнено

III. Воспитательная работа

1. Участвовать в проведении классных часов, родительских собраний;	По плану класс. рук.	Выполнено
2. Выход с прикрепленным классом в музей, кино и т.д.;	В течение практики	Выполнено
3. Посетить общеобразовательные уроки _____ (указать какие);	В течение практики	Выполнено
4. Участвовать в организации и проведении внутриклассных мероприятий	По плану класс. рук.	Выполнено

IV. Внеклассная работа по физической культуре

1. Присутствовать на секционных занятиях по _____ (указать вид спорта);	По расписан.	Выполнено
2. Организовать и провести соревнования _____ (указать какие);	По плану школы	Выполнено
3. Оказать помощь в организации и проведении спортивного вечера, посвященного Дню защитника Отечества, Международному женскому дню.	По плану школы	Выполнено

V. Хозяйственная работа

1. Оказать помощь учителям физической культуры школы в ремонте спортивного инвентаря, спортивного зала.	В течение практики	Выполнено
---	--------------------	-----------

Студент-практикант _____ Иванов И.И.

«Утверждаю»
учитель ФК

Примерный образец конспекта урока по физической культуре по легкой атлетике № 13 для учащихся 9 класса

Дата проведения _____

Задачи урока:

1. Обучить технике прыжка в высоту способом «перешагивание» с 7-9 шагов разбега.
2. Совершенствовать технику метания малого на дальность с 3-6 шагов разбега.
3. Воспитывать скоростные и скоростно-силовые способности посредством беговых и прыжковых упражнений, эстафет.
4. Воспитывать морально-волевые качества, трудовые привычки.
5. Способствовать воспитанию правильной осанки и профилактике плоскостопия.

Место проведения: спортивный зал школы.

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

Конспект составил _____

Части урока	Содержание учебного материала	Дозировка	Организационно-методические указания
1	2	3	4
Подготовительная часть урока 15 мин.	<p>1. Построение, рапорт, постановка задач урока.</p> <p>2. Ходьба и её разновидности: - обычная - с перекатом с пятки на носок</p> <p>3. Бег и его разновидности: а) обычный б) спиной вперед в) приставными шагами правыми левым боком</p> <p>4. Перестроения из колонны по одному в колонну по-два.</p> <p>5. ОРУ на месте а) И. п. – о. с. 1-4 - круги головой вправо, 5-8 - то же влево. б) И. п. – стойка ноги врозь 1-4 - круги руками вперед, 5-8 - то же назад. в) И. п. – правая рука вверху 1-2 - рывки руками назад, 3-4 - то же, левая рука вверху.</p>	<p>1'30"</p> <p>30"</p> <p>15"</p> <p>15"</p> <p>1'</p> <p>20"</p> <p>20"</p> <p>20"</p> <p>30"</p> <p>5'</p> <p>4 раза</p> <p>4 раза</p> <p>4 раза</p>	<p>Обратить внимание на спортивную обувь учащихся.</p> <p>Следить за правильным выполнением переката. Туловище держать прямо, смотреть вперед. Руки согнуты в локтевых суставах на уровне пояса, центр тяжести не поднимать. «Класс! Через центр по – два! Марш!»</p> <p>Выполнять по максимальной амплитуде, в медленном темпе</p> <p>Выполнять по максимальной амплитуде, в быстром темпе</p> <p>Руки в локтевых суставах не сгибать, рывки резче.</p>

Части урока	Содержание учебного материала	Дозировка	Организационно-методические указания
1	2	3	4
Подготовительная часть урока 15 мин.	г) И. п. – стойка ноги врозь, руки за голову 1 – поворот туловища направо, 2 – и. п. 3-4 – то же налево.	6-8 раз	Пятки от опоры не отрывать. Спина прямая.
	д) И. п. – стойка ноги врозь, руки на пояс 1 – наклон к правой, руки вперед 2 – и. п. 3-4 – то же к левой	6-8 раз	Глубже наклон, прогнуться в поясничном отделе, потянуться за руками.
	е) И. п. – стойка ноги врозь, руки на пояс 1 – присед, руки вперед 2 – и. п. 3-4 – то же	6-8 раз	Глубже присед, пятки от опоры не отрывать.
	ж) И. п. – стойка ноги врозь, руки на пояс 1-4 – подскоки на двух	6 раз	Выше подскоки. Выполнять под счет учителя
	б. Перестроения из колонны по-два в колонну по-одному	30"	«Класс! Из колонны по – два в колонну по одному! Марш!»

Части урока	Содержание учебного материала	Дозировка	Организационно-методические указания
1	2	3	4
Подготовительная часть урока 15 мин.	<p>7. Специальные беговые и прыжковые упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - бег с высоким подниманием бедра - бег с захлестыванием голени - бег прыжками с ноги на ногу 	<p>6'</p> <p>30''</p> <p>30''</p> <p>30''</p>	<p>Бедро маховой ноги поднимается до горизонтали и немного выше, плечи расслаблены. Руки согнуты в локтевых суставах (как при обычном беге), опорная нога и туловище составляют одну прямую линию. Опорная нога в момент отталкивания полностью выпрямляется, не разводит колени в стороны, не наклонять туловище назад, не поднимать плечи.</p> <p>Быстрыми поочередными движениями голень захлестывается назад с касанием ягодиц пятками. Туловище прямо или слегка наклонено вперед. Руки, согнутые в локтевых суставах, работают как при беге (или свободно опущены вниз).</p> <p>Толчковая нога при отталкивании полностью выпрямляется во всех суставах, а маховая, согнутая в коленном суставе, энергично посылается коленом вперед-вверх до горизонтального положения. Туловище слегка наклонено вперед, руки согнутые в локтевых суставах, энергично двигаются вперед-назад. Отталкиваться под острым углом, т. е. вперед, а не вверх. Темп выполнения быстрый.</p>

Части урока	Содержание учебного материала	Дозировка	Организационно-методические указания
1	2	3	4
Подготовительная часть урока 15 мин.	- семенящий бег	30''	Отталкиваться под острым углом, т. е. вперед, а не вверх. Темп выполнения быстрый. Плечевой пояс не напряжен. Руки свободно опущены. Опорная нога полностью разгибается в коленном суставе. Упражнение выполняется короткими шагами с очень малым подъемом бедра. Туловище под углом 50°. Поочередно быстрые отталкивания от опоры с подниманием бедра выше горизонтали. Обращать внимание на полное разгибание опорной ноги. Туловище и опорная нога составляют прямую линию. Нога ставится на опору на переднюю часть стопы (пятка не касается опоры).
	- бег на месте в упоре с высоким подниманием бедра	30''	
	- прыжки с места: тройной, пятерной, десятерной прыжок с ноги на ногу	1'30''	
	-прыжки на двух ногах с продвижением вперед через препятствия	1'	
-спрыгивая с возвышения, прыжки на двух ногах через набивные мячи	1'		

Части урока	Содержание учебного материала	Дозировка	Организационно-методические указания
1	2	3	4
Основная часть урока 23 мин.	<p>1. Обучение технике прыжка в высоту способом «перешагивание» с 7-9 шагов разбега</p>	9'	
	<p>- краткий рассказ и демонстрация техники прыжка в высоту</p>	1'	<p>Рассказ должен быть образным и интересным. Показать технику прыжка, акцентируя внимание занимающихся на отдельных фазах движения.</p>
	<p>- имитация постановки ноги и отталкивания в сочетании с работой рук.</p>	2-3 раза	<p>Выполнять фронтально, следить за синхронным выполнением маха выпрямляющейся ногой и отталкивания и сохранением равновесия</p>
	<p>- прыжки в шаге вверх, отталкиваясь толчковой ногой через шаг</p>	2-3 раза	<p>Выполнять в колонне по одному, следить за точным выполнением толчковой ноги и вертикальным положением туловища.</p>
	<p>- прыжки в шаге вверх, отталкиваясь толчковой ногой через три шага</p>	2-3 раза	<p>То же при увеличении скорости передвижения.</p>
	<p>- «перешагивание» планки, установленной наклонно, сбоку</p>	2-3 раза	<p>Выполнять в колонне по одному, обращать внимание на выполнение маха и опускание маховой ноги за планку. Обращать внимание на приземление на маховую ногу.</p>
	<p>- «перешагивание» планки, установленной ровно, с одного шага разбега</p>	2-3 раза	<p>Планку устанавливают на доступной высоте. Обращать внимание на опускание маховой ноги за планку и разворот туловища лицом к планке при приземлении.</p>
<p>- прыжок через планку с 2-3 шагов разбега</p>	2-3 раза		

Части урока	Содержание учебного материала	Дозировка	Организационно-методические указания
1	2	3	4
Основная часть урока 23 мин.	<p>2. <i>Совершенствование техники метания малого мяча с 3-6 шагов разбега</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - и. п. – стоя левым боком в сторону метания, руки в стороны. Метание мяча с одного шага. - и. п. – то же. Метание мяча со скрестного шага. - метание мяча с 3-6 шагов разбега <p>3. <i>«Эстафета с гимнастической палкой».</i></p> <p>У направляющего первой группы в руках гимнастическая палка. По сигналу он бежит вперед, добегают до направляющего противоположной колонны своей команды, передает ему второй конец палки, и вдвоем они проносят палку под ногами всех участников этой группы, которые в прыжке преодолевают палку.</p> <p>Игрок первой группы остается в конце колонны, а направляющий второй группы с палкой бежит к участникам первой группы и там вместе с направляющим выполняют то же упражнение.</p> <p>Выигрывает команда, игроки которой быстрее поменяются местами в колоннах.</p>	<p>7'</p> <p>2-3 раза</p> <p>3-4 раза</p> <p>3-4 раза</p> <p>7'</p>	<p>Следить за тем, чтобы при постановке левой правая нога сгибалась</p> <p>Следить за отсутствием вертикальных колебаний тела</p> <p>Следить за сохранением положением снаряда в отведенной руке.</p> <p>Каждая команда, в свою очередь, поделена на две группы, которые строятся, как для встречной эстафеты, на противоположных линиях площадки в колонны по одному.</p> <p>Правила игры:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Перепрыгивать через палку, отталкиваясь двумя ногами. 2. Если наступили на палку, ее надо поднять и продолжать движение дальше. 3. Высота проноса палки от 30 до 50 см. 4. За нарушение правил команда получает штрафные очки.

Части урока	Содержание учебного материала	Дозировка	Организационно-методические указания
1	2	3	4
Заключительная часть урока 3 мин.	1. Медленный бег с переходом на ходьбу. 2. Подведение итогов урока. Домашнее задание	1' 2'	Во время ходьбы выполнять упражнения на восстановление дыхания. Отметить, как все учащиеся освоили технику метания малого мяча с 3-6 шагов разбега

Оценка за конспект: _____ (методист бригады)

Оценка за проведение: _____ (учитель ФК)

Схема отчета

о прохождении учебной практики (ознакомительной) в средней школе № 10 г. Смоленска студента 4 курса

факультета заочного обучения Иванова Игоря Ивановича

Сроки и место проведения учебной практики (точное название и адрес школы, Ф.И.О. директора школы и учителей физической культуры, условия и состояние спортивной базы школы).

Спортивные успехи школы, количество занимающихся в спортивных секциях, количество учащихся в школе, действующие спортивные секции.

Выполненные учебные задания по педагогической практике, (их количество, с кем или в каких классах и когда они выполнены, перечислить точно задания по педагогической практике).

Мероприятия, выполненные помимо указанных в учебных заданиях (указать какие, их количество; с кем проводились; сколько человек принимало участие).

Анализ документов планирования, по которым работает школа.

Задания практики, которые Вам было трудно выполнить и какова причина этого? Назовите возможные причины: (отсутствие на лекциях и групповых занятиях при подготовке к педагогической практике, на установочной конференции; отсутствие связи с методистом; отсутствие методических пособий, рекомендаций, программы по педагогической практике; отсутствие самостоятельного опыта работы со школьниками; недостаточные знания и умения, полученные в процессе занятий в академии и по каким дисциплинам; спортивная специализация, редко встречающаяся в школе; недостаточное количество времени для лучшего выполнения заданий). Если есть другие причины – укажите.

Ваши предложения по улучшению организации и проведения практики.

Отчет заверен:

Учитель физкультуры (подпись) Ф.И.О.

Методист бригады (подпись) Ф.И.О.

Дата

Схема характеристики

студента-практиканта СГАФКСТ факультета заочного обучения _____ группы ____ курса
ИВАНОВА ИГОРЯ ИВАНОВИЧА

Иванов Игорь Иванович проходил учебную практику в средней школе № __ г. Смоленска в период с __ по __ 20__ г. в качестве помощника учителя физической культуры.

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

- объем и качество выполненной педагогической работы практикантом в данной школе;
- уровень знаний, умений и навыков, которые проявил студент-практикант при осуществлении учебно-воспитательной работы со школьниками;
- личностные качества;
- способности к педагогической деятельности;
- дисциплинированность, ответственность и старательность студента-практиканта во время практики;
- организаторские навыки, умение составлять учебно-методическую документацию;
- взаимоотношения со студентами, учителями школы, учащимися;
- характеристика уровня профессионально-педагогической готовности студента-практиканта к самостоятельной работе по физической культуре в школе.

Рекомендуемая оценка за практику _____
Директор школы № _____ Петров А.И.
(подпись)

Учитель физической культуры _____ Новиков И.П.
(подпись)

Дата выдачи характеристики _____

Печать школы _____

Общая оценка за практику _____
Курсовой руководитель _____ Язынина Н.Л.

Образец характеристики

Характеристика
студента-практиканта 4 курса факультета физической культуры и спорта СГАФКСТ
Иванова Игоря Ивановича

Иванов Иван Иванович проходил учебную практику в МБОУ «СШ №25» г. Смоленска в период с 12 ноября по 20 декабря 2019 года в качестве учителя физической культуры.

За период учебной практики Иванов И.И. показал себя организованным, добросовестным студентом, активно участвующим во всех формах работы, проводимой с учащимися на базе практики. Работал в качестве учителя физической культуры в прикрепленных классах. Помогал учителям осуществлять учебно-воспитательный процесс не только в прикрепленных классах, но и в других. Вел секционные занятия, воспитательную работу по плану. Участвовал в проведении соревнований по настольному теннису, баскетболу.

Иванов И.И. подготовил и провел 3 урока в качестве помощника учителя физической культуры, а также самостоятельно провел 9 уроков физической культуры в разных возрастных группах учащихся и 4 секционных занятия по баскетболу. Проводимые уроки отличались высоким качеством подготовки и продуманностью. В процессе проведения уроков использовал рациональные, целесообразные методы и средства, а также учитывал возрастные особенности учащихся, осуществлял качественный показ упражнений, использовал наглядные пособия, ориентиры, звуковые сигналы, правильно ставил задачи урока перед учащимися.

Иванов И.И. целесообразно использовал перестроения, перемещения, расположения групп, команд в ходе урока, использовал строевые упражнения, упражнения на внимание, игры с дисциплинарными правилами.

Иванов Игорь Иванович содержательно, кратко объяснял задания. Команды подавались не всегда точно при обучении и совершенствовании техники двигательного действия.

Игорь Иванович проявил себя спокойным, выдержанным, умеренным в жестикуляции. В общении с преподавателями и учащимися корректен, образован, доброжелателен, требователен и объективен по отношению к учащимся. К недостаткам студента-практиканта можно отнести недостаток опыта в проведении уроков физической культуры в МБОУ СШ. Несмотря на указанный недостаток, следует сказать, что студент СГАФКСТ, Иванов Игорь Иванович, готов к самостоятельной работе учителем физической культуры в средней школе.

Программу практики выполнил.

Рекомендуемая оценка за практику – 4 «хорошо»

Директор МБОУ «СШ №25»

Учитель физической культуры

20 декабря 2019

Печать школы

Общая оценка за практику

Курсовой руководитель

Виноградов С.М.

Репников В.В.

Булкова Т.М.

Благодарим за внимание !