



Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України
Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка

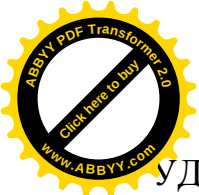
ПРОГРАМА

з педагогічної практики в школі

Навчально-методичний посібник
Для студентів III (IV) курсу педагогічних університетів
спеціальності «Фізичне виховання»



Суми
СумДПУ ім. А. С. Макаренка
2012



УДК 371.133.+373 (073)

ББК 74.584я73

П 78

Рекомендовано до друку рішенням редакційно-видавничої ради
Сумського державного педагогічного університету ім. А. С. Макаренка

Рецензенти:

Ю. О. Лянной – директор ІФК, кандидат педагогічних наук, професор;

С. В. Гвоздецька – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
кафедри ТМФК

П 78 Програма з педагогічної практики в школі : навч.-метод. посіб. для
студентів III (IV) курсу педагогічних університетів спеціальності
«Фізичне виховання» / [уклад. : Т. О. Лоза, Л. І. Прокопова]. – Суми :
Вид-во СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2012. – 92 с.

У програмі подано структурний аналіз діяльності вчителя фізичної культури і на його основі розкрито головні питання, які необхідно вирішити студентам III курсу денної та IV курсу заочної форм навчання під час проходження виробничої практики у школі. Значне місце відведено методиці проведення уроку фізичної культури в середніх і старших класах, виховним заходам, подаються рекомендації з планування навчального процесу, організації та проведення фізкультурно-оздоровчих і спортивно-масових заходів у школі. Використання матеріалів сприятиме студентам у проведенні занять та оформленні документації з педагогічної практики.

УДК 371.133.+373 (073)

ББК 74.584я73



ЗМІСТ

ВСТУП	4
I. Пояснювальна записка	5
II. Мета та завдання педагогічної практики	6
III. Керівництво педагогічною практикою	8
IV. Рекомендації щодо методики проведення уроків з фізичної культури	11
V. Документація до захисту педагогічної практики	16
VI. Методичні рекомендації до виконання основних розділів та складання документів з педагогічної практики в школі	17
6.1. Титульний лист оформлення навчальної обліково-звітної документації	17
6.2. Щоденник обліку роботи студента-практиканта	18
VII. Зміст програми практики	19
7.1. Індивідуальний план роботи	19
7.2. Графік розподілу навчального матеріалу	21
7.3. Поурочний календарний робочий план з фізичної культури (тематичний)	23
7.4. Поурочний календарний робочий план з фізичної культури (графічний)	26
7.5. План-конспект уроку з фізичної культури	36
7.6. Педагогічний аналіз уроку фізичної культури	42
7.7. Аналіз та обговорення відкритого уроку фізичної культури	55
VIII. Хронометрування та пульсометрія уроку фізичної культури	56
8.1. Хронометрування уроку	56
8.2. Графік пульсометрії	60
IX. План виховної роботи (у прикріпленому класі)	61
X. Календар фізкультурно-оздоровчих заходів школи	62
XI. Оцінювання рівня навчальних досягнень школярів	63
XII. Сенситивні періоди розвитку рухових здібностей у школярів	64
XIII. Орієнтовні навчальні нормативи	65
13.1. Для варіативного модуля «Баскетбол»	65
13.2. Для варіативного модуля «Волейбол»	67
13.3. Для варіативного модуля «Гандбол»	68
13.4. Для варіативного модуля «Гімнастика»	69
13.5. Для варіативного модуля «Легка атлетика»	70
13.6. Для варіативного модуля «Настільний теніс»	73
13.7. Для варіативного модуля «Туризм»	74
13.8. Для варіативного модуля «Футбол»	75
XIV. Звіти	78
14.1. Звіт студента-практиканта	78
14.2. Зразок характеристики на студента-практиканта	79
14.3. Зразок атестаційного листа	80
14.4. Зразок звіту методиста з педагогічної практики	81
14.5. Зразок звіту відповідального керівника з педагогічної практики	83
Список рекомендованої літератури	86



ВСТУП

У Законі України «Про вищу освіту» пріоритетними завданнями національної системи освіти є: забезпечення умов для оволодіння знань, підготовка молоді до подальшої професійної діяльності, а також випуск конкурентоспроможних на світовому ринку праці фахівців. Це передбачає виховання у студентів під час навчання у ВНЗ незалежних від викладача практичних навичок, пошуку інформації, формування високої відповідальності за результати своєї навчальної, наукової та творчої діяльності.

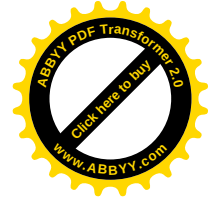
Виробнича педагогічна практика студентів III (IV) курсу є невід'ємною складовою процесу підготовки фахівців спеціальності «Фізичне виховання».

Яким повинен бути вчитель фізичної культури в сучасній школі? Для вирішення цього питання необхідне глибоке вивчення структури діяльності вчителя і на цій основі визначення його основних організаторських, комунікативних, конструктивних та гностичних функцій, а також змісту й обсягу знань, вмінь і навичок, якими повинен володіти кожен студент-практикант – майбутній учитель фізичної культури.

У процесі педагогічної практики відбувається не лише перевірка теоретичної та практичної підготовки студентів до самостійної педагогічної діяльності, але й створюються широкі можливості для підвищення професійної майстерності майбутнього спеціаліста.

Навчальна програма для студентів побудована за модульною системою, так як змістове поповнення предмета «Фізична культура» навчальний заклад (школа) формує самостійну з варіативних модулів. При цьому у 5-6 класах учні мають опанувати 4-6 варіативних модулів; у 7-8 класах – 3-5; у 9 класі – 3-4 модулі, а у 10-11 класах – 2-3 модулі.

Педагогічна практика спрямована на створення умов для підготовки студентів до діяльності вчителя, озброєння їх комплексом умінь і навичок, творчого здійснення всіх видів роботи, які передбачені навчальною програмою з фізичної культури, а також виховного впливу громадської роботи на формування людського фактору.



I. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПISKA

Педагогічна практика студентів III (IV) курсу спеціальності «Фізичне виховання» проводиться в загальноосвітніх і спеціалізованих, міських і сільських школах I-III ступенів у 5-11 класах.

Для проведення практики обираються базові школи, враховуючи високу професійну підготовку вчителів фізичної культури, їх особистісні якості, а також відповідну матеріально-технічну базу.

Одним із відповідальних моментів організації практики є комплектування бригад студентів. Необхідно прагнути до того, щоб у кожній з них було 1 – 2 студенти, які б могли стати лідерами бригад і сприяти формуванню мікроколективу на період практики. Зі складу цих студентів обирають старост.

Практика починається після вивчення курсу «Теорія та методика фізичного виховання», складання заліків і контрольних робіт і триває 6 тижнів. Протягом перших двох днів педагогічної практики студенти знайомляться з організаційною, навчально-методичною та виховною роботою школи.

Кожен практикант закріплюється за двома класами: 5-9 класи – учні середнього шкільного віку (підлітки) та 10-11 класи – старшокласники.

В одному із прикріплених класів студент виконує обов'язки класного керівника і веде всю звітну документацію. Однак, для всіх закріплених за студентом класів він готує скорочені плани-конспекти уроків фізичної культури.

Кожен студент проводить щотижня по 4 (6) уроків фізичної культури самостійно, крім того, виконує обов'язки помічника іншого студента-практиканта або вчителя. Тому, кожен студент за час проходження педагогічної практики повинен провести 8 (12) уроків фізичної культури на тиждень.



II. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ ПЕДАГОГІЧНОЇ ПРАКТИКИ

Основною метою виробничої педагогічної практики студентів III (IV) курсу є закріплення професійних умінь та навичок педагогічної діяльності, а також підготовка до самостійного і творчого виконання основних професійно-педагогічних функцій учителя фізичної культури та педагога-організатора в реальному навчально-виховному процесі в загальноосвітній школі та інших дитячих навчально-виховних закладах.

Завдання практики:

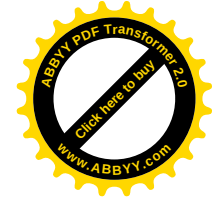
1. Ознайомлення із сучасним станом навчально-виховної роботи у школі, з передовим педагогічним досвідом у фізичному вихованні школярів.
2. Сприяння формуванню професійно-педагогічних знань, умінь і навичок, необхідних для майбутньої роботи вчителя фізичної культури.
3. Поглиблення і закріплення теоретичні знання і практичні вміння, навчитись використовувати їх у навчально-виховній роботі з учнями середнього та старшого шкільного віку.
4. Набуття студентами навичок та вмінь для проведення різних типів уроків з використанням різноманітних методів, які активізують пізнавальну діяльність учнів.
5. Набуття студентами навичок організації, постановки і планування навчально-виховної, фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи в загальноосвітніх або в спеціалізованих школах I-III ступенів.
6. Оволодіння студентами технологією планування різних типів уроків з фізичної культури у 5 – 11 класах за розділами навчальної програми.
7. Оволодіння студентами прийомів педагогічного аналізу уроку, озброєння вмінням спостереження за сторонами навчально-виховного процесу.
8. Оволодіти методами наукових досліджень, які застосовуються у фізичному вихованні (анкетування, педагогічні спостереження, тестування та ін.).
9. Озброєння студентів вміннями вести систематичний облік результатів своєї діяльності, аналізувати й оцінювати хід формування власного педагогічного досвіду та подальше його творче застосування у навчально-виховній роботі.



10. Набуття студентами навичок ведення психолого-педагогічних спостережень з виявленням особистісних якостей учнів, складання документації класного керівника.

11. Оволодіння навичками спілкування з учнівським колективом і батьками у процесі вирішення питань, пов'язаних з фізичним вихованням.

12. Сприяння формуванню зацікавленості студентів педагогічною роботою з підростаючим поколінням, до обраної професії.



III. КЕРІВНИЦТВО ПЕДАГОГІЧНОЮ ПРАКТИКОЮ

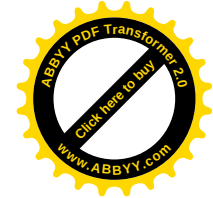
Загальне методичне керівництво педагогічною практикою студентів у школі здійснюється кафедрою за фахом (кафедрою ТМФК). Безпосереднє керівництво педагогічною практикою покладається на керівника практики, методистів і вчителів фізичної культури шкіл.

Обов'язки керівника практики університету:

- визначення терміну практики;
- вибір шкіл, в яких буде проходити педагогічна практика;
- підготовка та оформлення договірної документації з адміністрацією школи, а також вчителями фізичної культури;
- підготовка наказів по університету про проходження педагогічної практики;
- забезпечення кафедри з фаху нормативними документами, що регламентують практику;
- перевірка якості оволодіння професійними навичками студентів під час вибіркового відвідування контрольних уроків;
- організація та проведення установчої і звітної конференцій, нарад методистів;
- узагальнення висновків проходження педпрактики студентами та внесення пропозицій щодо вдосконалення програми практики.

Обов'язки кафедри, яка проводить практику:

- розробка програми практики;
- внесення змін та доповнень до програми практики;
- затвердження відповідального викладача (керівника) та методистів практики від кафедри;
- розробка вимог до змісту та оформлення навчальної звітної документації з практики;
- розробка навчально-методичної документації з практики;
- контроль за діяльністю методистів практики (викладачів кафедри) та студентів-практикантів;
- слухання на засіданнях кафедри питань підготовки, ходу та підсумків проведення практики.



Обов'язки методиста за фахом:

- відвідування всіх організаційно-методичних заходів, які проводяться керівником практики;
- проведення методичної роботи зі студентами-практикантами та надання їм організаційної допомоги;
- оцінка навчальної документації, яку складають студенти-практиканти;
- здійснення контролю за виконанням усіх розділів програми практики, аналіз та оцінка роботи студентів-практикантів;
- надання методичної допомоги студентам у засвоєнні програми педагогічної практики;
- надання пропозицій щодо складання характеристики на студента-практиканта;
- складання звіту про проходження практики студентами в школі та розробка пропозицій щодо покращення практики.

Учитель фізичної культури школи, в якій проходить педагогічна практика, повинен:

- забезпечувати необхідні умови для виконання студентами педагогічної практики в школі (відвести спеціальне приміщення для роботи студентів і проведення методичних занять і нарад, закріпити за студентами класи для проведення навчальної та виховної роботи, розподілити секційні групи тощо);
- передавати студентам передовий педагогічний досвід, який ґрунтується на нових досягненнях науки і техніки;
- давати завдання для складання планів-конспектів уроків і їх перевіряти;
- надавати допомогу в організації студентами фізкультурних заходів у режимі дня школи, спортивних змагань, вечорів та ін.;
- здійснювати контроль, аналіз і оцінку різних форм занять, які проводять студенти-практиканти;
- оцінювати зміст наданих документів, виконаних студентами;
- підготувати характеристику студента-практиканта.

Студент-практикант повинен:

- брати участь у конференціях та методичних нарадах, заняттях;
- додержуватися правил внутрішнього розпорядку школи;
- щодня працювати в школі не менше 6 годин;
- виконувати всі види робіт, які передбачені програмою педагогічної практики, готуватися до різних урочних та позакласних заходів;



- виявляти ініціативу та творчість під час проведення навчально-виховної та фізкультурно-оздоровчої роботи;
- регулярно вести звітну документацію;
- своєчасно подавати для перевірки та оцінки навчальну документацію вчителю або методисту;
- консультуватися з методистом, вчителями фізичної культури з питань, що пов'язані з виконанням програмних вимог;
- офіційно звертатися до керівників практики, якщо виникають спірні питання з організації та проведення практики.

Заходи, спрямовані на запобігання травматизму на уроках фізичної культури

Під час педагогічної практики студент зобов'язаний:

1. Дотримуватися «Правил безпеки під час занять фізичною культурою і спортом у школі».
2. Сприяти підтримці оптимальної працездатності учнів на заняттях.
3. Проводити інструктаж учнів з правил техніки безпеки під час виконання фізичних вправ.

Студент-практикант зобов'язаний дотримуватися вимог запобігання травматизму на уроках фізичної культури.

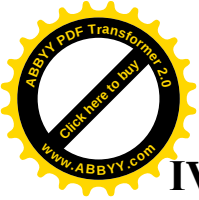
Найхарактернішими чинниками травматизму є:

- порушення методичних принципів проведення уроку, недотримання правил техніки страхування та допомоги;
- несправність інвентарю та обладнання, незадовільний санітарний стан місць занять та несприятливі метеорологічні умови.

Студентам, які пропустили частину практики з поважної причини і не виконали індивідуальний план, педагогічна практика продовжується на відповідний строк без відриву від навчальних занять в університеті.

Студенти, які не пройшли педагогічну практику або, яка визнається незадовільною, не переводяться на наступний курс, а їх професійна відповідність обговорюється на засіданні кафедри за фахом.

Підсумкова оцінка роботи студента-практиканта визначається на підсумковій конференції з педагогічної практики. Для захисту практики студенти повинні оформити навчальну обліково-звітну документацію, що складалася за період практики згідно з вимогами програми та індивідуальним планом роботи.



IV. РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО МЕТОДИКИ ПРОВЕДЕННЯ УРОКІВ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

У процесі навчання й виховання студентам-практикантам з фізичної культури слід застосовувати такі **методи навчання**: словесні, наочні та практичні.

Також необхідно використовувати такі **методи виховання**: переконання, приклад, змагання, заохочення, критику і самокритику.

Студент-практикант повинен знати: послідовність навчання, способи підвищення щільності і навантаження, запобігання помилкам та їх виправлення, запобігання травматизму. На різних видах уроків навчання вправам слід проводити в такій послідовності: ознайомлення, розучування й удосконалення.

Ознайомлення має на меті створити в учнів правильне уявлення про значення тактики виконання розучуваного елемента. Для цього потрібно: назвати вправу; показати; пояснити техніку виконання з акцентом на головне, роз'яснити її вплив на організм; якщо треба, показати вправу ще раз із поясненням техніки.

Розучування проводиться для формування в учнів нових рухових навичок, опанування технікою виконання елементів і вправ. Залежно від підготовленості учнів і складності вправи слід застосовувати такі способи розучування: загалом, уроздріб, за частинами, за допомогою підготовчих вправ.

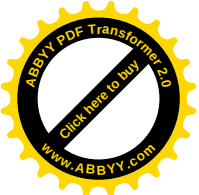
Удосконалення спрямоване на закріплення в учнів рухових умінь і навичок. Воно забезпечується фізичним тренуванням, що полягає в систематичному і багаторазовому виконанні вивчених вправ з обов'язковим ускладненням. Велике значення під час навчання має досягнення щільності і фізичного навантаження.

Треба пам'ятати, що щільність – це співвідношення часу, який витрачають учні на виконання вправи, до загального часу заняття. Головними способами досягнення щільності є: скорочення часу на показ, перешикування, пересування під час зміни місць занять, між підходами, виконання вправ одночасним і поточним способами, використання одночасно кількох однакових підходів.

Фізичне навантаження – це величина і характер впливу фізичних вправ на організм учнів. Слід розрізняти обсяг та інтенсивність навантаження.

Обсяг – кількість елементів, які виконує учень на уроці.

Інтенсивність – співвідношення кількості найважчих, виконаних з великим зусиллям вправ до загальної кількості.



Важливою складовою педагогічної майстерності є *запобігання помилкам та їх виправлення*. У процесі занять спочатку слід виправляти помилки, характерні для всіх, а потім для кожного учня індивідуально.

Запобігання травматизму забезпечується правильною організацією й методикою проведення уроків, підтримкою високої дисципліни й організованості, застосуванням способів страхування і допомоги, ретельною підготовкою місць занять та інвентарю.

Успішне проведення уроків можливе лише при ретельній підготовці до них студентів-практикантів.

Щоб підготуватися до уроку, студенту-практиканту необхідно:

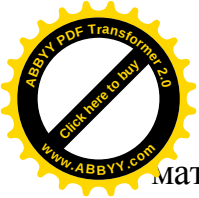
- визначити зміст, відповідні організаційні заходи, а також структуру заняття;
- скласти план-конспект;
- привести себе в стан готовності до роботи;
- підготувати своїх помічників;
- підготувати місця занять;
- підготувати устаткування, навчальний інвентар тощо.

Знання структурного аналізу діяльності вчителя фізичної культури дозволить студенту-практиканту виділити цілий ряд тісно пов'язаних між собою функцій, що дасть можливість уточнити завдання на шляху вдосконалення методики вивчення основ професійної майстерності майбутнього спеціаліста.

Головними структурними компонентами педагогічної діяльності вчителя фізичної культури слід вважати: проектувальний, конструктивний, організаційний, комунікативний, гностичний і руховий.

Проектувальний компонент діяльності базується на трьох важливих професійно-педагогічних функціях: дослідно-анатомічній, діагностичній, прогностичній. Учителю фізичної культури необхідно постійно здійснювати самоаналіз і самооцінку власної діяльності та вносити корективи, які сприяють удосконаленню навчально-виховного процесу. У роботі щодо реалізації основних компонентів змісту освіти вчитель спирається на діагностичні дані рівня підготовленості учнів, прогножуючи подальший розвиток кожного з них.

Конструктивна діяльність обумовлена дидактичною функцією і передбачає: зміст навчальної роботи; систему і послідовність власних дій на уроці; систему і послідовність дій учнів. Достатній рівень розвитку конструктивного компонента визначається тим, що вчитель правильно визначає зміст навчального



матеріалу з урахуванням цілей і завдань уроку, планує формування в учнів знань та вмінь, добирає необхідні методи і засоби навчання.

Конструктивна діяльність учителя фізичної культури включає два аспекти: педагогічний і технічний.

Студент-практикант повинен засвоїти такі конструктивні вміння та навички:

1. Уміння підбирати та складати конкретний зміст підготовчої, основної та заключної частин уроку за видами, які включені до програми з фізичної культури, з урахуванням статі, віку, стану здоров'я та рівня фізичної підготовленості тих, хто займається.

2. Уміння планувати навчальну та інші види рухової активності школярів.

3. Уміння визначати оптимальні шляхи формування рухів і вдосконалення основних функціональних систем організму для покращення фізичного розвитку і фізичної підготовленості учнів.

4. Уміння дозувати фізичне навантаження з урахуванням вікових, індивідуально-типологічних відмінностей учнів і рівня їх рухової підготовленості.

Інший аспект конструктивної діяльності вчителя фізичної культури пов'язаний з використанням технічних засобів у процесі навчання рухових умінь та навичок.

Студент-практикант повинен засвоїти на практиці:

1. Уміння і навички конструювати прості самостійні прилади і пристрої, які дозволяють реєструвати різні параметри рухів, а також виготовляти різні таблиці, схеми, моделі тощо.

2. Уміння проектувати і створювати куточок фізичної культури.

3. Уміння використовувати технічні засоби на уроках (заняттях) фізичної культури.

До **організаторських компонентів** педагогічної діяльності слід віднести:

- організацію забезпечення умов проведення навчально-виховного процесу;

- урахування цілей і завдань конкретного уроку, обраного змісту навчального матеріалу; тому студенту-практиканту треба вміти підготувати місце занять, необхідний інвентар та обладнання;

- організацію власної діяльності (психологічна установка на реалізацію поставлених завдань, педагогічні дії в реальних умовах навчального процесу, варіативність дій з урахуванням обставин, які склалися на уроці);



- організацію діяльності учнів з урахуванням диференційованого та індивідуального підходів.

Комунікативна діяльність учителя – це взаємовідносини між учителем і учнями в педагогічному процесі.

Встановлення прямих і непрямих комунікативних зв'язків між учителем і колективом учнів (або одним учнем) в першу чергу залежить від самого вчителя, його знань, умінь і навичок виконання цієї функції. У зв'язку з цим майбутнім учителям (студентам-практикантам) необхідно озброїтись такими знаннями, вміннями та навичками:

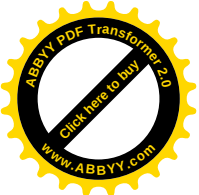
1. Легко і швидко встановлювати діловий контакт з учнем або всім класом.
2. Встановлювати ділові контакти з керівництвом (директором, завучем, класним керівником), вчителями та обслуговуючим персоналом школи, жити інтересами школи.
3. Встановлювати ділові та корисні контакти з батьками учнів.
4. Дотримуватись правил громадської поведінки, бути ввічливим, зібраним, тактовним, принциповим, вимогливим, енергійним, добрим, людяним у вирішенні системи різних педагогічних завдань.

Гностична діяльність учителя (творча, пізнавальна) – це діяльність спрямована на самостійне оволодіння професійною майстерністю.

Студент-практикант повинен на практиці оволодіти пізнавальними вміннями, які становлять основу його гностичної діяльності:

- уміти спостерігати, аналізувати та узагальнювати досвід роботи інших учителів і оволодівати ним з метою вдосконалення своєї педагогічної майстерності;
- вивчати рівень фізичного розвитку, фізичної підготовленості та функціонального стану школярів;
- працювати із спеціальною літературою;
- уміти на основі сучасних методів математичної статистики опрацьовувати отримані дані.

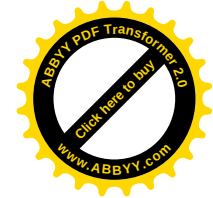
Руховий компонент діяльності вчителя фізичної культури полягає в кваліфікованому володінні технікою фізичних вправ навчальної програми як на уроках із фізичної культури, так і під час позакласних спортивно-масових і оздоровчих заходів, а також прийомами допомоги та страхування школярів.



Студенту-практиканту слід звернути увагу на мовну й рухову підготовку до занять.

Мовна підготовка включає перевірку себе у вимовлянні команд та підрахунку темпу рухів, уміння заздалегідь сформулювати й запам'ятати визначення, які повинні засвоїти учні, придумати правила виконання рухів, визначити зміст і форму бесіди, намітити інтонації голосу, акценти та ін. прийоми мовлення.

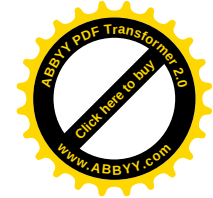
Рухова підготовка зводиться до пробного виконання тих дій і рухів, які збирається демонструвати студент-практикант учням. Важливе значення має дотримання зовнішнього вигляду як відносно одягу, так і манери триматися, уміння користуватися жестами та ін.



V. ДОКУМЕНТАЦІЯ ДО ЗАХИСТУ ПЕДАГОГІЧНОЇ ПРАКТИКИ

Під час педагогічної практики у школі студент-практикант готує до захисту практики такі документи:

1. Титульний лист оформлення навчальної обліково-звітної документації та робочий зошит (стор.18).
2. Щоденник обліку роботи студента-практиканта (стор.19).
3. Індивідуальний план роботи студента (стор.20)
4. План-графік розподілу навчального матеріалу на навчальний рік (стор.23).
5. Поурочний календарний робочий план з фізичної культури (тематичний) (стор.24).
6. Поурочний календарний робочий план з фізичної культури (графічний) (стор.27).
7. Плани-конспекти уроків з фізичної культури (стор.39) – два розгорнутих; усі останні – скорочені.
8. Педагогічний аналіз уроку фізичної культури (стор.46).
9. Хронометрування та пульсометрія уроку фізичної культури (стор.61)
10. План виховної роботи (в прикріпленому класі) (стор.68)
11. Календар фізкультурно-оздоровчих заходів школи на навчальний рік (стор.69)
12. Сенситивні періоди розвитку рухових здібностей у школярів (стор.71)
13. Орієнтовні навчальні нормативи для варіативного модуля (со стор 72)
14. Звіт студента про проходження педагогічної практики (стор.87)
15. Характеристика студента-практиканта (стор.88)
16. Атестаційний лист (стор.89)
17. Звіт методиста з фаху про проходження педагогічної практики студентами (стор. 90)
18. Звіт відповідального керівника з педагогічної практики студентів (стор.92)



VI. МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ВИКОНАННЯ ОСНОВНИХ РОЗДІЛІВ ТА СКЛАДАННЯ ДОКУМЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНОЇ ПРАКТИКИ В ШКОЛІ

Робочий зошит планування та обліку роботи студента-практиканта складається з: титульного листа (стор. 1), робочого зошита (стор. 2).

У робочому зошиті записуються всі розділи практичної діяльності студента-практиканта за період педагогічної практики.

6.1. Титульний лист оформлення навчальної обліково-звітної документації (стор. 1)

Сумський державний педагогічний університет ім. А.С. Макаренка
Інститут фізичної культури
Кафедра теорії і методики фізичної культури

ДОКУМЕНТАЦІЯ
з педагогічної практики в школі

Студента (ки) ____ курсу _____ групи

П.І.Б.

Суми 200__

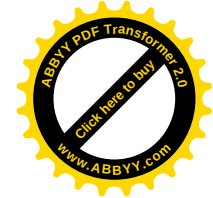
Робочий зошит (стор. 2)

Робочий зошит планування й обліку роботи
студента (ки) ____ курсу _____ групи

(П.І.Б.)

з педагогічної практики
школи № _____ міста _____
з _____ по _____ 200__ р.

Директор школи _____
Учитель фізкультури _____
Методист з фаху _____
Методист з педагогіки _____
Методист з психології _____



6.2. Щоденник обліку роботи студента-практиканта

До щоденника вноситься розклад уроків з фізичної культури та інших видів діяльності.

Зразок розкладу уроків з фізичної культури на період практики

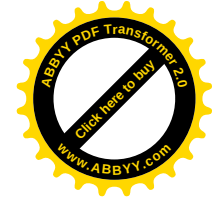
День тижня	Уроки						
	1	2	3	4	5	6	7
Понеділок			7б				
Вівторок							
Середа						5в	
Четвер			5в				
П'ятниця	7б						
Субота							

У щоденнику студент записує всі види діяльності в період практики.

Схема заповнення щоденника різних видів діяльності в період практики

Дата	Зміст роботи	Кількість годин	Оцінка	Підпис методиста, вчителя

Щоденник заповнюється студентом-практикантом кожного дня і подається на підпис методисту, вчителю, класному керівнику. Навчальна, фізкультурно-оздоровча та позакласна робота оцінюється вчителем фізкультури, а виховна робота в прикріпленому класі – класним керівником.



ВІІ. ЗМІСТ ПРОГРАМИ ПРАКТИКИ

Програма практики передбачає практичну діяльність студентів за такими основними розділами:

- I. Ознайомлення з об'єктом практики.*
- II. Навчально-виховна та методична робота.*
- III. Фізкультурно-оздоровча робота.*
- IV. Науково-дослідницька робота.*

Індивідуальний план роботи одночасно є документом планування і контролю. Складається для планового розподілу всіх видів роботи студента на період педагогічної практики.

План слід складати на основі попереднього ознайомлення з об'єктом практики, закріпленими класами, планом фізкультурно-оздоровчих та інших заходів на період практики.

7.1. Індивідуальний план роботи

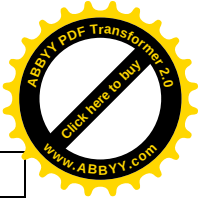
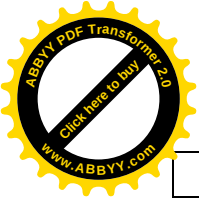
Схема індивідуального плану роботи

Індивідуальний план роботи студента-практиканта __ курсу

_____ групи _____

(П.І.Б.)

<i>№ n/n</i>	<i>Зміст роботи</i>	<i>Дата виконання</i>	<i>Відмітка про виконання</i>
I. Ознайомлення з об'єктом практики			
II. Навчально-виховна та методична робота			
III. Фізкультурно-оздоровча робота			



IV. Науково-дослідницька робота			

Приблизний зміст індивідуального плану роботи практиканта

№ п/п	Розділ та зміст роботи	Термін виконання, тиждень практики	Форми звіту
I. Ознайомлення з об'єктом практики			
1.	Організаційно-методична установча конференція з педагогічної практики	1-й	Робочий зошит
2.	Ознайомлення з історією та традиціями школи	1	Робочий зошит
3.	Ознайомлення із школою, керівництвом учителями	1	Робочий зошит
4.	Знайомство з матеріально-технічною базою школи	1	Робочий зошит
5.	Знайомство зі складом учнів закріплених класів	1	Робочий зошит
6.	Ознайомлення з документами планування та обліку навчально-виховної роботи з фізичної культури у школі	1 – 2	Робочий зошит
II. Навчально-виховна та методична робота			
1.	Відвідування уроків фізичної культури, які проводять учителі з фізичної культури	1	Робочий зошит
2.	Проведення уроків студентом у ролі помічника учителя фізичної культури	1	Робочий зошит
3.	Самостійне проведення уроків фізичної культури	2 – 6	План-конспект уроків
4.	Складання індивідуального плану роботи на період педагогічної практики	1	Індивідуальний план
5.	Складання поурочного робочого плану (графічного або тематичного) на II семестр для учнів одного з класів	2	Поурочний робочий план
6.	Складання плану-графіка навчального матеріалу на навчальний рік для учнів закріпленого класу	2 – 3	План-графік

7.	Складання тематичного плану з різних видів уроків для учнів закріпленого класу	3 – 4	Тематичний план
8.	Складання планів-конспектів з фізичної культури для занять з учнями закріплених класів	2 – 6	План-конспект уроку
9.	Складання психолого-педагогічної характеристики одного учня закріпленого класу	2 – 3	Психолого-педагогічна характеристика учня
10.	Складання плану виховної роботи в закріпленому класі	2	План виховної роботи
11.	Складання та проведення 2 бесід з основ знань в обсязі програми з фізичної культури для учнів середніх та старших класів	3 – 6	Робочий зошит
12.	Розробка положення про проведення шкільних змагань	3 – 4	Положення
13.	Самостійне проведення контрольного уроку в закріпленому класі	6	План-конспект
III. Фізкультурно-оздоровча робота			
1.	Участь в організації та проведенні фізкультурно-оздоровчих заходів у школі (за планом учителя фізичної культури)	2 – 6	Індивідуальний план
2.	Участь в організації та проведенні шкільних змагань з виду спорту (за планом учителя фізичної культури)	2 – 6	Індивідуальний план
IV. Науково-дослідницька робота			
1.	Складання педагогічного аналізу уроку фізичної культури	5 – 6	Розгорнутий педагогічний аналіз
2.	Проведення поточного обліку результатів виконання тестових і орієнтовних нормативних вимог учнями закріпленого класу	2 – 6	Робочий зошит
3.	Проведення дослідження згідно з планом виконання курсової роботи	2 – 6	Робочий зошит

7.2. Графік розподілу навчального матеріалу на навчальний рік

Графік розподілу навчального матеріалу складається на основі конкретного обсягу навчального матеріалу різних модулів згідно зі шкільною програмою «Фізична культура у школі» [25] з урахуванням 2 або 3 уроків фізичної культури на тиждень.

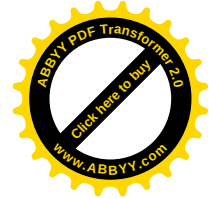
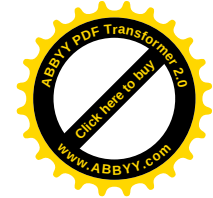


Схема графіку розподілу навчального матеріалу

Теми	Уроки							
Теоретико-методичні знання	У процесі уроків							
Загальнофізична підготовка	У процесі уроків							
Гімнастика								
Баскетбол								
Волейбол								
Легка атлетика								
Туризм								
Футбол								
Настільний теніс								

Приблизний зміст графіку розподілу навчального матеріалу на рік (на прикладі уроків для учнів 6 класу)

Теми	Уроки							
Теоретико-методичні знання	У процесі уроків							
Загальнофізична підготовка	У процесі уроків							
Гімнастика (21)			25-45					
Баскетбол (18)				46-63				
Волейбол (18)					63-81			
Легка атлетика (18)	1-10						90-97	
Туризм (8)								98-105
Футбол (22)		11-24				82-89		



7.3. Поурочний календарний робочий план з фізичної культури (тематичний)

Поурочний календарний робочий план є документом планування навчальної роботи з фізичної культури в школі, який складається на півріччя для учнів 5–9 класів на підставі комплексної програми «Фізична культура у школі» [25], а для учнів 10 – 11 класів на підставі комплексної програми «Основи здоров'я і фізична культура». Студент-практикант складає поурочний календарний робочий план (тематичний або графічний – за вибором) для прикріпленого класу.

Схема поурочного календарного робочого плану з фізичної культури (тематичного)

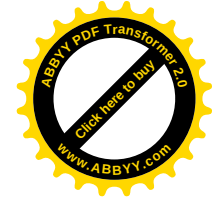
№ уроку	Зміст	Дата	Примітки
1			
2			
3			
4			

Зразок оформлення календарного плану на 1-й семестр (на прикладі уроків для учнів 6 класу)

(45 уроків: 10 – легка атлетика; 14 – футбол; 21– гімнастика)

Завдання на 1-й семестр

1. Ознайомлювати із теоретико-методичними знаннями.
2. Навчати бігу по дистанції та фінішування, метання малого м'яча із трьох кроків розбігу; закріплювати стрибки у довжину з місця та розбігу, а також метання у горизонтальну та вертикальну ціль у легкій атлетиці.
3. Повторювати пересування, удари по м'ячу різними частинами підйому та головою, зупинки та ведення м'яча, а також індивідуальні тактичні дії у нападі та захисті у футболі.
4. Навчати акробатичних вправ, вправ із рівноваги (дівчата), лазіння по канату, опорних стрибків способом «зігнувши ноги» вправ у висах та упорах на паралельних і різновисоких бруса у гімнастиці.
5. Готувати до здавання контрольних навчальних нормативів.



Приблизний зміст поурочного календарного робочого плану
(на прикладі уроків для учнів 6 класу на 1-й семестр)

№ уроку	Зміст	Дата	Примітки
1	Завдання на рік і семестр. Особливості фізичного розвитку та функціонального стану організму в підлітковому періоді. Різновиди ходьби. Повільний біг. Комплекс ЗРВ. Бігові вправи. Біг по дистанції 30 м. Кидання набивного м'яча з положення стоячи. Рухлива гра на увагу.		Зміни у змісті уроків
2 – 44	—	—	—
45	Різновиди ходьби. Повільний біг. Комплекс ЗРВ. Стрибки зі скакалкою. Контрольний навчальний норматив із нахилів уперед із положення сидячи. Контрольний навчальний норматив із піднімань тулуба в сід. Біг у чергуванні з ходьбою. Підбиття підсумків за семестр		

Зразок оформлення календарного плану на 2-й семестр
(на прикладі уроків для учнів 6 класу)

(60 уроків: 18 — баскетбол; 18 — волейбол; 8 — футбол;
8 — легка атлетика; 8 — туризм)

Завдання на 2-й семестр

1. Ознайомлювати із теоретико-методичними знаннями.
2. Навчати пересувань, ловіння та передач м'яча однією рукою, ведення, фінтів, кидків м'яча однією рукою та штрафних кидків у баскетболі.
3. Навчати пересувань, передач м'яча обома руками зверху, прийму м'яча знизу, нижньої прямої та бокової подач у волейболі.
4. Навчати ударів по м'ячу ногою на точність, обманливих дій, елементів гри воротаря, а також групових дій у нападі та захисті у футболі.



5.Закріплювати біг на 30м і 60м, рівномірний біг, стрибки у довжину з місця та з розбігу, стрибки у висоту з розбігу, метання малого м'яча у горизонтальну та вертикальну ціль і на дальність у легкій атлетиці.

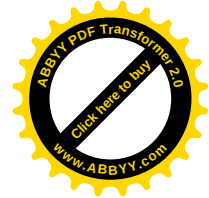
6.Навчати орієнтування за схемою, в'язання туристських вузлів і проходження туристських етапів.

7.Готувати до здавання контрольних навчальних нормативів.

Приблизний зміст поурочного календарного робочого плану

(на прикладі уроків для учнів 6 класу на 2-й семестр)

№ уроку	Зміст	Дата	Примітки
46	Завдання на семестр. Шкідливі звички та їх вплив на здоров'я людини. Різновиди ходьби. Повільний біг. Комплекс ЗРВ. Чергування різних способів пересувань у нападі та захисті. Кидки м'яча однією рукою зверху з місця (хлопці) та обома руками від голови (дівчата). Рухлива гра «Хто більше влучить?». Вправи для запобігання плоскостопості.		Зміни у змісті уроків
47-104		—	—
105	Різновиди ходьби. Повільний біг. Комплекс ЗРВ. Естафета з елементами туристської техніки. В'язання туристських вузлів. Орієнтування за схемою Підбиття підсумків за 2 семестр і рік.		



7.4. Поурочний календарний робочий план з фізичної культури (графічний)

Мета розробки поурочного календарного робочого плану – опанування методикою його складання студентами-практикантами. Для цього необхідно мати такі вихідні дані:

- визначити завдання на семестр;
- визначити нормативні вимоги;
- визначити засоби для розв’язання теоретичних та практичних завдань.

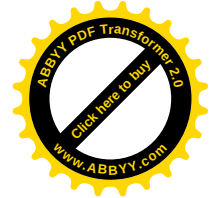
Поурочний календарний робочий план має три розділи: I – «Теоритична підготовка» і II – «Спеціальна фізична підготовка», III – «Техніко-тактична підготовка»

I розділ – «Теоретична підготовка» передбачає теми, які слід вивчати згідно з програмою «Фізична культура у школі» для учнів 5 – 9 класів і програми «Основи здоров’я і фізична культура» для учнів 10 –11 класів.

II розділ – «Спеціальна фізична підготовка» включає:

- організуючі вправи – згідно з програмою;
- ЗРВ – загальнорозвивальні вправи – вправи без предметів та з предметами, з опором, елементи танцю тощо;
- спеціальнопідготовчі вправи (для різних модулів уроків);
- основні вправи (з модулів уроків);
- спеціальні вправи для розвитку фізичних якостей;
- рухливі ігри, естафети;
- домашні завдання.

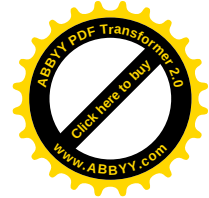
III розділ – «Техніко-тактична підготовка» включає різні види спеціальних вправ та тактичних дій згідно освоєння модулів уроку («Баскетбол», «Волейбол», «Гандбол», «Гімнастика», «Настільний теніс», «Футбол», «Легка атлетика та ін.)



**Схема поурочного календарного
робочого плану (графічного)**

для учнів _____ класу _____ школи _____ міста _____ І року навчання
з модуля «БАСКЕТБОЛ»

Розділ	Дати проведення уроків											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	I	I	I	I	I	I	II	II	II	II	II	II
Теоретична підготовка												
Спеціальна фізична підготовка												
Організуючі вправи:												
Загально-розвивальні вправи												
Рухливі ігри												
Техніко-тактична підготовка												

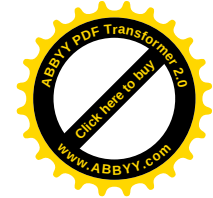


Зразок оформлення
поурочного календарного робочого плану (графічного)

Поурочний календарний робочий план (графічний)

для учнів _____ класу _____ школи _____ міста _____ І року навчання
з модуля «БАСКЕТБОЛ»

Розділ	Дати проведення уроків											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	I	I	I	I	I	I	II	II	II	II	II	II
Теоретична підготовка												
Історія розвитку баскетболу	+											
Поняття про техніку гри		+										
Основні правила гри			+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Гігієна тіла, одягу спортивної форми, режиму дня												
Техніка безпеки на уроках	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Спеціальна фізична підготовка												
Організуючі вправи:												
стройові прийоми	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
шикування та перешикування	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Ходьба	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
біг	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
стрибки	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Загально-розвивальні вправи:												
на місці та в русі	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
без предмета	+	+	+	+	+							
з предметами						+	+	+	+	+	+	+
вправи для формування постави та запобігання плоскостопості	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
вправи на рівновагу	+	+	+									
комплекси вправ з м'ячем						+	+	+	+	+	+	+
спортивні ігри у зменшених за чисельністю складах	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
вправи для розвитку швидкості	+		+		+		+		+		+	
вправи для розвитку спритності		+		+		+		+		+		+
Рухливі ігри:												
«Виклик номерів»								+			+	
«Мисливці і качки»									+			+
«День і ніч»										+		
Техніко-тактична підготовка												
Стойка баскетболіста, різноманітні пересування	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+		
Ловіння і передача м'яча двома руками від грудей на місці та в русі	В	З	У	У	У	К						
Зупинки стрибком та двома кроками		В	З	У	У							
Повороти на місці	В	З	У	У								
Кидки м'яча:												
однією рукою від плеча			В	З	У	У	К					
двома руками від грудей			В	З	У	У	У	К				
Ведення м'яча на місці, у русі				+	+	+	+	+	+	+		
Обведення предметів						+	+	+	+	+	+	+

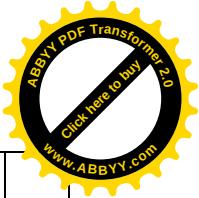
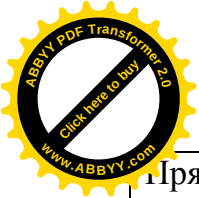


Зразок оформлення
поурочного календарного робочого плану (графічного)

Поурочний календарний робочий план (графічний)

для учнів _____ класу _____ школи _____ міста _____ II року навчання
з модуля «ВОЛЕЙБОЛ»

Розділ	Дати проведення уроків									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	II	II	II	II	III	III	III	III	III	III
Теоретична підготовка										
Місце українського волейболу на сучасному етапі розвитку європейського спорту	+									
Значення гравців передньої та задньої ліній		+								
Особливості фізичного розвитку і функціонального стану організму в підлітковому періоді			+							
Техніка безпеки на уроках волейболу	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Спеціальна фізична підготовка										
Організуючі вправи:										
стройові прийоми		+								
шикування та перешикування	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
ходьба	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
біг	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
стрибки	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Загально-розвивальні вправи:										
На місці та в русі	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Без предмета	+	+	+	+	+					
З предметами						+	+	+	+	
вправи для формування постави та запобігання плоскостопості	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
спортивні ігри у зменшених за чисельністю складах	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
вправи для розвитку швидкості	+		+		+		+		+	
вправи для розвитку спритності		+		+		+		+		
Рухливі ігри										
Техніко-тактична підготовка										
Переміщення гравців по майданчику приставними кроками, хресним кроком	В	З	У	+	+	+	+	+	+	
Передача м'яча двома руками зверху:										
В парах	В	З	У	У	У	У	К			
Від стіни		В	З	У	К					
В колоні			В	З	У					
Прийом м'яча знизу:										
від стіни		В	З	У	У	К				
в парах			В	З	У					
В колонах				В	З	У				



Пряма та бокова нижня подача з різної відстані від сітки							<i>B</i>	<i>3</i>	<i>У</i>	<i>У</i>	
Прийом м'яча знизу після виконання прямої (бокової) нижньої подачі									<i>B</i>	<i>3</i>	<i>У</i>
Навчальна гра «Волейбол» за спрощеними правилами								+	+	+	+
Рухлива гра «Малюкбол»	+	+	+	+	+	+					
Учитель фізичної культури											

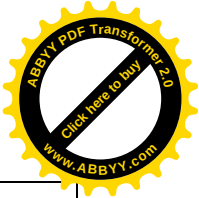
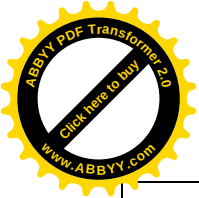
Зразок оформлення

поурочного календарного робочого плану (графічного)

Поурочний календарний робочий план (графічний)

для учнів _____ класу _____ школи _____ міста _____ III року навчання
з модуля «ГАНДБОЛ»

<i>Розділ</i>	<i>Дати проведення уроків</i>											
	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	<i>9</i>	<i>10</i>	<i>11</i>	<i>12</i>
	<i>I</i>	<i>I</i>	<i>I</i>	<i>I</i>	<i>I</i>	<i>I</i>	<i>II</i>	<i>II</i>	<i>II</i>	<i>II</i>	<i>II</i>	<i>II</i>
<i>Теоретична підготовка</i>												
Досягнення українських гандболістів	+											
Правила змагань та організація суддівства з гандболу		+										
Індивідуальні та групові тактичні дії			+									
Значення спеціальної фізичної підготовки гандболістів												
Техніка безпеки на уроках гандболу	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
<i>Спеціальна фізична підготовка</i>												
<i>Організуючі вправи:</i>												
Стройові прийоми	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Шиккування та перешикування	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Ходьба	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Біг	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
стрибки	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
<i>Загально-розвивальні вправи:</i>												
На місці та в русі	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Без предмета	+	+	+	+	+							
З предметами						+	+	+	+	+	+	+
Вправи для формування постави та запобігання плоскостопості	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Вправи на рівновагу	+	+	+									
Спеціальні підготовчі вправи гандболіста						+	+	+	+	+	+	+
Вправи для розвитку швидкості	+		+		+		+		+		+	
вправи для розвитку спритності		+		+		+		+		+		+
<i>Рухливі ігри на координацію рухів</i>												
«Ривок з м'ячем»								+			+	
«Виштовхни з кола»									+			+



<i>Техніко-тактична підготовка</i>														
Пересування гравців. Способи пересування у нападі та захисті	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Передача і ловлення м'яча при зустрічному русі	В	З	У	У										
Перехват м'яча під час передачі		В	З	У	У									
Передача (кидок) гандбольного м'яча	+	+	+	+	+	К								
Ведення м'яча			В	З	У	У	У	К						
Ловлення м'яча, що котиться				В	З	У	У	У						
Семиметровий штрафний кидок					+	+	+	+	+	+	+	К		
Гра воротаря					+	+	+	+	+	+	К			
Обманні рухи з відхиленням вправо, вліво									+	+	+	+	+	+
Навчальна гра					+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
<i>Учитель фізичної культури</i>														

Зразок оформлення

поурочного календарного робочого плану (графічного)

Поурочний календарний робочий план (графічний)

для учнів _____ класу _____ школи _____ міста _____ IV року навчання
з модуля «ГІМНАСТИКА»

<i>Розділ</i>	<i>Дати проведення уроків</i>									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	II	II	II	II	III	III	III	III	III	III
<i>Теоретична підготовка</i>										
Різновиди гімнастики, що культивуються в Україні	+									
Самострахування під час виконання фізичних вправ		+								
Правила загартування холодowymi та тепловими процедурами			+							
Допомога при обмороженнях та опіках			+							
<i>Спеціальна фізична підготовка</i>										
<i>Організуючі вправи:</i>										
Стройові вправи і прийоми, повороти в русі	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
<i>Загально-розвивальні вправи:</i>										
З предметами										
Без предметів	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
На місці	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
В парах										
Вправи для формування та корекції постави	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Вправи для розвитку сили	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Вправи для розвитку гнучкості	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+

Танцювальні вправи						+	+	+	+	+
Стрибки: h 100 – 115см опорний стрибок: Хлопці – стрибок способом «ноги нарізно» через гімнастичного козла (у довжину			B	3	У	У	К			
Способом «ноги нарізно» через гімнастичного козла (козел у довжину)					B	3	У	У	К	
Дівчата – способом «ноги нарізно» (козел у довжину)			B	3	У	У	К			
Боком з поворотом на 90 ⁰ через гімнастичного козла (козел у ширину)					B	3	У	У	К	
Способом»зігнувши ноги»										
Зі скакалкою	+	+	+	+				+	+	+
Акробатичні вправи: комбінації елементів	+	+	+	+	+					
Вправи з рівноваги: комбінація елементів вправ			+	+	+	+				
Лазіння і перелазіння: лазіння по вертикальному канату у 2 прийоми						+	+	+	+	
Виси та упори:										
Хлопці –вправи на перекладені (високий та низькій)	+	+	+	+						
Паралельних брусах		+	+	+	+					
Підтягування	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Дівчата –у висі лежачі (h95)	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Вправи на різновисоких брусах						+	+	+	+	
Комбінації елементів вправ				+	+			+	+	
Учитель фізичної культури										

Зразок оформлення

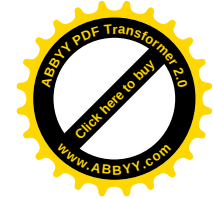
поурочного календарного робочого плану (графічного)

Поурочний календарний робочий план (графічний)

для учнів _____ класу _____ школи _____ міста _____ V року навчання
з модуля «ЛЕГКА АТЛЕТИКА»

Розділ	Дати проведення уроків														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	IX	IX	IX	IX	IX	IX	IX	IX	IV	IV	IV	IV	IV	IV	V
Теоретична підготовка															
Значення занять фізичною культурою та спортом для підтримання розумової працездатності	+														
Особливості дихання та питний режим під час занять легкою атлетикою		+													
Особливості бігу на короткі, середні та довгі дистанції									+						

Основні цінності олімпізму				+											
Правила безпеки	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Спеціальна фізична підготовка															
Організуючі вправи:															
стройові вправи і прийоми	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Ходьба	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
біг															
СБВ	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Загально-розвивальні вправи:															
В русі															
На місці	<i>B</i>	<i>3</i>	<i>У</i>	<i>У</i>											
У парах															
У трійках															
Без предмета															
З предметами															
вправи для формування постави															
вправи для розвитку швидкості			+	+	+	+	+								
вправи для розвитку спритності															
вправи для розвитку витривалості								+	+	+	+	+			
вправи для розвитку сили															
вправи для розвитку гнучкості															
Вправи для розвитку швидкісно силових якостей															
Біг: 30м					+	+	+	<i>K</i>							
60м														+	+
100м															
Рівномірний біг до 1000м (дівчата)								+	+	+	+	+	<i>K</i>		
Рівномірний біг до 1500м (хлопці)								+	+	+	+	+	<i>K</i>		
Стрибки:															
У довжину з місця		+	+	+	+	+	+								
У довжину з розбігу способом «зігнувши ноги»															
У висоту з розбігу способом «переступанням»									+	+	+	+			
Кидання: малого м'яча на давність з розбігу			+	+											
М'ячів різного діаметра на дальність	+	+													
Учитель фізичної культури															



Зразок оформлення
поурочного календарного робочого плану (графічного)
Поурочний календарний робочий план (графічний)

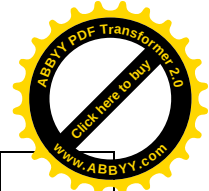
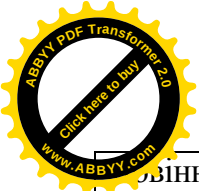
для учнів _____ класу _____ школи _____ міста _____ І року навчання
з модуля «ФУТБОЛ»

Розділ	Дати проведення уроків											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	X	X	X	X	X	IV	IV	V	V	V	V	V
Теоретична підготовка												
Історія розвитку футболу	+											
Поняття фізичного розвитку та фізичної підготовленості		+										
Правила гри у футбол			+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Техніка безпеки на уроках футболу	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Спеціальна фізична підготовка												
Організувальні вправи:												
Стройові прийоми	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Шиккування та перешикування	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Ходьба	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
біг	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
стрибки	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Загально-розвивальні вправи:												
На місці та в русі	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Без предмета	+	+	+	+	+							
З предметами						+	+	+	+	+	+	+
Вправи для формування постави та запобігання плоскостопості	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Вправи на рівновагу	+	+	+									
Комплекси гімнастичних вправ з м'ячем						+	+	+	+	+	+	+
Спортивні ігри у зменшених за чисельністю складах	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Вправи для розвитку швидкості	+		+		+		+		+		+	
Вправи для розвитку спритності		+		+		+		+		+		+
Рухливі ігри:												
«Виклик номерів»								+			+	
«Мисливці і качки»									+			+
«День і ніч»										+		
Техніко-тактична підготовка												
Техніка пересування і поєднання бігу зі стрибками, зупинками, поворотами	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+		
Удари внутрішньою стороною стопи	В	З	У	К								
Удари носком по нерухомому м'ячу та м'ячу що котиться		В	З	У								
Зупинки м'яча підошвою, внутрішньою та зовнішньою сторонами стопи на місці	В	З	У	У	К							
Ведення м'яча носком, внутрішньою та зовнішньою частинами підйому по прямій						В	З	У	К			

Вкидання м'яча з місця на точність									В	З	У	К	
Рациональне використання вивчених технічних прийомів	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Учитель фізичної культури													

Зразок оформлення
поурочного календарного робочого плану (графічного)
Поурочний календарний робочий план (графічний)
для учнів 5 класу І року навчання з модуля «БАСКЕТБОЛ»

Зміст навчального матеріалу	Уроки								
	46-47	48-49	50-51	52-53	54-55	56-57	58-59	60-61	62-63
Теоретичні відомості	У процесі уроків								
Історія розвитку баскетболу									
Основні правила гри									
Поняття про техніку гри									
Гігієна тіла, спортивної форми									
Правила безпеки на заняттях									
Спеціальна фізична підготовка									
Прискорення на 5,10,15 м із різних положень за зоровим і звуковими сигналами	+		+			+		+	
«Човниковий біг» 4×5 м		+		+		+			+
Серійні стрибки з діставанням високо підвішених предметів		+	+	+			+		+
Рухливі ігри та естафети	+				+		+	+	
Техніко–тактична підготовка									
Стійки баскетболіста	В								
Способи пересувань у нападі та захисті	В	З							
Зупинки стрибком та двома кроками		В	П	З					
Повороти на місці			В	З					
Ведення м'яча – на місці; – у русі; – із обведенням предметів					В	П В	З	В	З
Подвійний крок				В	П	З	З		



Виння та передача м'яча на місці та в русі: – обома руками від грудей; – однією рукою від плеча		В	П	З	З		В	П	К
Кидки м'яча з місця та в русі: обома руками від грудей; – однією рукою від плеча	В	П	З	З	В	П	З	З	К
Взаємодія двох гравців способом «передай м'яч і виходь»									В
Розподіл обов'язків між гравцями у захисті								В	

7.5. План-конспект уроку з фізичної культури

План-конспект уроку є документом планування навчальної роботи, який визначає формування завдань, структуру уроку, а також його зміст, послідовність виконання і дозування вправ, організаційні та методичні вказівки до уроку фізичної культури.

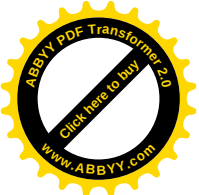
Постановка завдань

У процесі уроку вирішуються в єдності 3 групи завдань: оздоровчі, виховні та освітні. Під час визначення завдань необхідно враховувати вік, рівень готовності учнів (фізичний, психічний), умови проведення уроку та ін. До кожного уроку рекомендується планувати 3 – 4 завдання.

Оздоровчі завдання спрямовані на підвищення функціональних можливостей тих, хто займається, розвиток рухових якостей, зміцнення здоров'я, загартування, формування постави. Формулюючи оздоровчі завдання, необхідно зазначати спрямованість процесу.

Наприклад, сприяти формуванню правильної постави у процесі застосування загальнорозвивальних вправ.

Виховні завдання запроваджуються в процес усіх занять, проте в конспекті їх необхідно зазначати лише тоді, коли для їх вирішення включають до уроку спеціальні заходи або вправи.



Наприклад, сприяти вихованню взаємовиручки у грі «Зустрічна естафета» або сприяти вихованню дисциплінованості в процесі виконання стройових вправ.

Освітні завдання спрямовані на озброєння учнів знаннями, формування рухових умінь і навичок.

Завдання повинні ставитись конкретно.

Наприклад:

1. Навчити правильній стійці лижника під час спуску з гори.
2. Закріпити техніку гальмування «плугом», «напівплугом».
3. Визначити рівень розвитку рухових якостей учнів.

Структура уроку

Структура уроку включає підготовчу, основну та заключну частини. Така побудова уроку обумовлена об'єктивними змінами життєдіяльності організму під час виконання фізичної роботи та вирішенням педагогічних завдань навчально-виховного процесу.

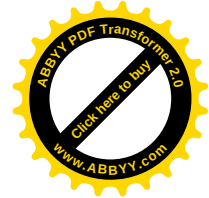
У плані-конспекті їх рекомендується записувати, дотримуючись таких вимог.

Підготовча частина (8-12хв). Обов'язковим елементом її повинен бути організований початок уроку: шикування, рапорт, повідомлення завдань уроку в доступній формі, стройові та організуючі вправи з предметами та без них, біг, стрибки, лазіння, вправи загального розвитку, танцювальні вправи, рухливі ігри тощо.

Основна частина (28-32хв) включає спеціальні та підготовчі вправи, які сприяють вирішенню основних завдань: вправи на снарядах, біг, стрибки, метання та ін.; спортивна гра, подолання визначеної смуги перешкод; вправи для розвитку основних рухових якостей: швидкості, сили, витривалості, спритності, гнучкості тощо. Використовуються різноманітні вправи певної складності з урахуванням змісту розділу програми, що вивчається, і теми.

Заклучна частина (3-5хв) включає вправи для приведення організму в стан відносного спокою: повільний рух, вправи на розслаблення, гра на увагу та ін.; підбиття підсумків уроку; виставлення оцінок; домашнє завдання та організований вихід з місця заняття.

Такий розподіл часу має орієнтовний характер. На тривалість кожної частини впливає вік учнів, а також тип уроку: вступний, вивчення нового матеріалу, контрольний тощо.



Зміст уроку

У графі «Зміст уроку» записуються всі вправи в тій послідовності, в якій передбачається їх проведення на уроці. Вправи та завдання повинні бути написані з визначенням вихідних положень і переліком дій, які їх складають.

Дозування

У графі «Дозування» записують кількість повторів даної вправи, довжину дистанції, час виконання вправи, вагу предметів, які піднімають, та ін.

Організаційно-методичні вказівки

У графі «Організаційно-методичні вказівки» записують:

- форми організації навчальної діяльності учнів (фронтальна, групова, індивідуальна колового тренування);
- темп виконання вправи (швидкий, змінний, повільний);
- послідовність виконання вправ і переходів до іншого місця занять;
- методи страхування та самострахування та ін.

Зразок оформлення плану-конспекту уроку

План-конспект уроку № ____

з фізичної культури

на «____» _____ 200 ____ р.

для учнів _____ класу школи № _____ міста _____

Тема:

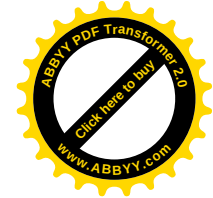
Завдання: 1. _____
2. _____
3. _____

Інвентар, обладнання: _____

Місце проведення: _____

<i>№ п/п</i>	<i>Зміст уроку</i>	<i>Дозування</i>	<i>Організаційно-методичні вказівки</i>
I.	Підготовча частина		
II.	Основна частина		
III.	Заклучна частина		

Особистий підпис:



Приблизний план-конспект уроку з фізичної культури для учнів 11 класу

Тема: Ознайомлення з тактикою дій у нападі.

Завдання:

1. Повторити техніку кидків м'яча в кільце різними способами.
2. Удосконалити техніку передачі м'яча різними способами на місці та в русі.
3. Оволодіти тактикою дій у нападі проти зонного захисту.
4. Сприяти розвитку спритності, швидко-силових якостей, швидкості реакції.

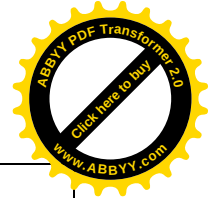
Обладнання: баскетбольні м'ячі, секундомір.

Місце проведення: спортивна зала.

№	Зміст уроку	Дозування	Організаційно-методичні вказівки
I	Підготовча частина	5хв	
1.	Шикування в одну шеренгу, рапорт чергового, привітання. Повідомлення завдань уроку	1,5хв	Перевірити наявність та охайність спортивної форми
2.	Правила поведінки та техніки безпеки під час виконання фізичних вправ	15 с	Виконувати вправи за командою вчителя чітко й правильно
3.	Вимірювання ЧСС за 10 с	20 с	
4.	Організаційні вправи: – перешиковування з однієї шеренги в три та навпаки; – повороти в русі ліворуч, праворуч, кругом; – перешиковування з однієї колони в чотири, п'ять та навпаки	2хв	Звернути увагу на дотримання інтервалів і дистанції та на правильність поворотів на кутах
5.	Різновиди ходьби по залі з баскетбольним м'ячем: – на носках, м'яч у прямих руках над головою; – на п'ятах, м'яч у прямих руках перед грудьми; – на внутрішній стороні ступні, м'яч у прямих руках над головою; – на зовнішній стороні ступні, м'яч у прямих руках перед грудьми	1хв 15с	Вправа на формування правильної постави. Спину тримати прямо, голову не нахилити, дивитися вперед. Ноги в колінах зігнути й звести Спину тримати прямо, голову не нахилити
6.	Біг у повільному темпі з веденням м'яча: – правою рукою та лівою рукою; правою і лівою рукою поперемінно; – з веденням м'яча в чергуванні з бігом спиною вперед;	1,5хв	Дихання рівномірне. Зміну способу ведення виконувати за сигналом. Зміну напрямку руху виконувати за сигналом. Під час бігу спиною вперед дивитися

	– приставними кроками по черзі лівим та правим боком уперед, м'яч у прямих руках перед грудьми; – з високим підніманням колін у чергуванні з бігом із закиданням гомілок назад, м'яч у прямих руках над головою; – з енергійним випростанням прямих ніг уперед та назад, м'яч у прямих руках над головою; – у чергуванні зі стрибками, м'яч у зігнутих руках перед грудьми: стрибки на правій нозі; стрибки на лівій нозі; стрибки на двох ногах; – з веденням м'яча, із прискоренням; – з веденням м'яча, із зміною напрямку руху		через ліве або праве плече в напрямку руху. Зміну напрямку руху виконувати за сигналом. Зміну вправи виконувати за сигналом. Зміну вправи виконувати за сигналом. Стрибки виконувати впоперек баскетбольного майданчика – по «змійці», кожен різновид – по черзі один за одним. Швидкість максимальна, вправу виконувати по діагоналі баскетбольного майданчика. Темп повільний, вправу виконувати за сигналом
7.	Загальнорозвивальні вправи в парах із м'ячем: а) В. п.: стоячи обличчям один до одного, руки вниз, тримаючись кистями, м'яч утримується між грудьми партнерів. 1 – 2. Руки через сторони – вгору. 3 – 4. В. п. б) В. п.: стоячи обличчям один до одного, м'яч у зігнутих руках перед грудьми. 1. Крок назад лівою ногою, руки випрямити. 2. В. п. 3. Крок назад правою ногою, руки випрямити. 4. В. п. в) В. п.: стоячи обличчям один до одного, м'яч у прямих руках над головою. 1. Нахил праворуч, ногу в сторону на носок. 2. В. п. 3. Нахил ліворуч, ногу в сторону на носок. 4. В. п. г) В. п.: стоячи спиною один до одного, м'яч у прямих руках над головою. 1 – 2. Нахил уперед (назад). 3 – 4. В. п. д) В. п.: стоячи спиною один до одного, м'яч у прямих руках над головою. 1. Випад правою ногою вперед, нахил назад.	5хв. 6-7 р. 6-7 р. 6-7 р. 6-7 р. 6-7 р.	Вправи виконувати на місці. Уважно стежити за утриманням м'яча. М'яч у руках тримати із силою. Нахилятися якомога нижче М'яч у руках тримати із силою, партнера підняти на спину. М'яч у руках тримати із силою. Під час нахилу максимально прогнутися.

	2. В. п. 3. Випад лівою ногою вперед, нахил назад. 4. В. п. е) В. п.: стоячи спиною один до одного, м'яч притиснутий між партнерами на рівні пояса, ноги нарізно, руки прямі в сторони, триматися кистями. 1 – 2. Присісти. 3 – 4. В. п. е) В. п.: сидючи на підлозі, ноги нарізно, впертися ступнями, м'яч у прямих руках перед грудьми. 1–4. Повороти тулуба ліворуч. 5–8. Повороти тулуба праворуч. ж) В. п.: сидючи на підлозі, ноги нарізно, впертися ступнями, м'яч у прямих руках перед грудьми. 1 – 2. Нахил уперед (назад). 3 – 4. В. п. з) В. п.: стоячи обличчям один до одного, м'яч у зігнутих руках перед грудьми. 1 – 2. Стрибок угору – назад. 3 – 4. В. п. и) В. п.: стоячи обличчям один до одного, м'яч в одного з партнерів. 1 – 2. Стрибок угору, підкинути м'яч, партнер ловить його в стрибкові. 3 – 4. В. п.	6-7 р. 6-7 р. 6-7 р. 6-7 р. 6-7 р.	Уважно слідкувати за утриманням м'яча. М'яч тримати із силою, амплітуду рухів збільшувати. М'яч тримати із силою, нахили виконувати якомога нижче. Кожен партнер тягне м'яч із силою до себе. Стрибок назустріч м'ячу виконувати якомога вище
8.	8. Вимірювання ЧСС за 10 с	20с	Готовність учнів до основної частини уроку
II	Основна частина	27хв	
1.	Передачі м'яча: – на місці в парах; – у русі в парах; – на місці в трійках; – у русі в трійках	2хв	Зміну способу передачі виконувати за командою
2.	Зустрічні передачі м'яча в колонах у русі зі зміною місця	3хв	Зміна місць відбувається – у своїй колоні; між зустрічними колонами
3.	Кидки м'яча в кільце після ведення й подвійного кроку під різними кутами до щита	2хв	Виконувати потоковим методом
4.	Кидки м'яча в кільце в стрибку після ведення й зупинки	2хв	Стрибок виконувати якомога вище
5.	Обведення перешкод правою та лівою руками на максимальній швидкості	3хв	Вправу виконувати у двох колонах із використанням п'яти-шести перешкод



6.	Тактичні дії в нападі проти зонного захисту	5хв	
7.	«Човниковий» біг із м'ячем	1хв	По командах
8.	«Човниковий» біг зі старту з різних положень: – спиною до старту; – з упору лежачи; – з високого старту	3хв	Вправа проводиться у вигляді гри, перемагає та команда, яка показує найкращий час
III	Заклучна частина	3хв	
1.	Шикування класу в одну шеренгу	15с	Перешиковування від першого до останнього
2.	Вимірювання ЧСС за 10 с	20с	Звернути увагу на учнів із підвищеним пульсом
3.	Підбиття підсумків уроку, виставлення оцінок	2хв	Відзначити кращих учнів, дати рекомендації тим, хто відстає
4.	Домашнє завдання	30с	Відпрацьовувати стрибок у довжину з місця

7.6. Педагогічний аналіз уроку фізичної культури

Мета: навчити студентів визначати якість проведення уроку фізичної культури та оцінювати професійну майстерність учителя.

Існує кілька схем аналізу уроку фізичної культури. Студенту слід використати одну з них.

Орієнтовні схеми педагогічного аналізу уроку фізичної культури

Схема 1

Педагогічний аналіз

уроку фізичної культури в _____ класі,
_____ школи

Учитель _____

Дата проведення _____

Місце проведення _____

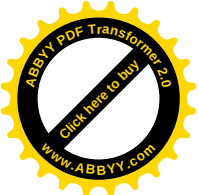
Кількість учнів за списком _____, з них займалися _____

Для оволодіння вмінням аналізувати проведений урок фізичної культури необхідно таке:

1. Підготовча частина уроку

- Правильність постановки завдань уроку, їхня конкретність, відповідність підготовленості учнів до умов проведення занять, зв'язок із завданнями попередніх занять.

- Спосіб і ефективність донесення завдань уроку до свідомості учнів, їхня психологічна підготовленість до його проведення.



- Кількість, ефективність, оригінальність вправ, їхня відповідність до матеріалу основної частини за характером та інтенсивністю, дозування вправ. Наявність спеціально підготовлених вправ, їхня достатність.

- Ефективність педагогічного керівництва класом з боку вчителя (методи організації, команди, демонстрація, слово, грамотність мовлення).

- Наявність належних частин розминки (загальної, спеціальної, індивідуальної).

- Доцільність використаних способів виконання вправ.

- Вимоги вчителя до правильності виконання вправ учнями.

- Доцільність використання площі, обладнання та інвентарю.

2. Основна частина уроку

- Доцільність використаних учителем методів і методичних прийомів, підготовчих і підвідних вправ для засвоєння запланованої рухової дії.

- Знання вчителем техніки запланованої до вивчення вправи та його вміння бездоганно її виконувати.

- Ефективність запланованої та реально виконаної кількості повторів вправ, передбачених змістом уроку.

- Теоретична підготовка учнів.

- Реалізація принципів доступності та індивідуалізації, міцності та прогресування, свідомості та активності на уроці.

- Дотримання заходів безпеки під час виконання вправ.

- Реалізація вимог удосконалення фізичних якостей.

- Зв'язок роботи зі змістом навчального матеріалу. Відповідність параметрів навантаження до поставлених завдань.

- Використання тренажерів, нестандартного обладнання, опосередкованої наочності, навчальних карток.

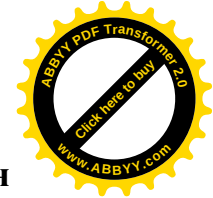
- Щільність основної частини уроку та її емоційність.

3. Заключна частина уроку

- Доцільність використаних засобів для вирішення завдань заключної частини.

- Уміння вчителя робити висновки, оцінювати діяльність учнів, націлювати їх на подальше самовдосконалення.

- Зміст домашнього завдання, його цінність для школярів та інтерес до виконання. Чи є домашні завдання частиною системи самостійної роботи учнів?



4. Оцінювання компонентів уроку, що стосуються всіх його частин

- Оздоровча і виховна цінність уроку.
- Емоційність уроку й інтерес до нього учнів.
- Спосіб взаємодії учнів та вчителя на уроці.
- Доцільність та ефективність відступів від передбаченого плану уроку.
- Оцінювання якості підготовки місць, занять, їхнього санітарно-гігієнічного стану, матеріального забезпечення.
- Спортивна форма учнів.
- Зовнішній вигляд і психологічний стан учителя, манера його поведінки.
- Активність учнів, їхня зацікавленість власним розвитком, старанність.
- Реалізація на уроці міжпредметних зв'язків.

Схема 2

Педагогічний аналіз

уроку фізичної культури в _____ класі,
_____ школи

Учитель _____

Дата проведення _____

Місце проведення _____

Кількість учнів за списком _____, з них займалися _____

Відповісти на питання:

1. Місце мети уроку в системі вивчення навчального матеріалу.

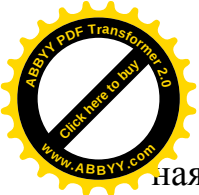
2. Відповідність плану-конспекту відвідуваного уроку до календарного плану.

3. Організація уроку: місце проведення, забезпеченість обладнанням, інвентарем (особливо нестандартним), спортивна форма вчителя (його зовнішній вигляд), санітарно-гігієнічне забезпечення.

4. Конкретність визначення мети в плані-конспекті та доступність постановки завдань уроку перед учнями класу, їхня актуалізація та зв'язок з іншими уроками.

5. Робота вчителя щодо виховання постави учнів та навичок стройових вправ, чіткість команд, зауваження й виправлення помилок учнів, тон зауважень.

6. Послідовність підготовчої частини уроку: стройовий тренаж, зв'язок з іншими уроками, наявність коригувальних вправ, поступовість зростання фізичного навантаження, послідовність загальнорозвивальних вправ,



наявність спеціальних підвідних вправ та їхня відповідність до мети уроку, емоційність початку уроку.

7.Розв'язання завдань основної частини: освітнє забезпечення уроку вчителем (теоретичне роз'яснення техніки вправ, можливих помилок і застереження, ілюстрація і демонстрація техніки вправ), володіння технікою вправ фактичного матеріалу вчителем та його наполегливість у навчанні техніки вправ і передачі знань учням; міжпредметні зв'язки, доступність інформації і практичних вправ для класу й окремих учнів, рівень фізичного навантаження та його адекватність віку та статі учнів класу.

8.Загальний рівень теоретичної інформованості школярів, рухових умінь і навичок, фізичної підготовленості дівчат і хлопців.

9.Рухова та загальна щільність уроку, її відповідність до конкретного типу уроку.

10.Індивідуалізація навчання і виховання, способи активізації пізнавальної та рухової діяльності учнів.

11.Доцільність і раціональність форм організації діяльності та методів навчання учнів.

12.Забезпечення вчителем свідомого засвоєння знань, умінь і навичок, виховання позитивної мотивації спортивної діяльності в дітей, їхньої активності на уроці.

13.Володіння вчителя класом, його спостережливість за роботою учнів, передбачливість і запобігання травмам, уміння допомагати їм.

14.Використання наочності, роздавального матеріалу, технічних засобів навчання.

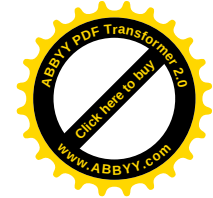
15.Уміння розв'язувати педагогічні ситуації на уроці.

16.Зняття психологічного і фізичного навантаження в заключній частині.

17.Аналіз діяльності учнів, підсумок уроку (чого навчилися, що не вдалося, кому і з яких причин, що потрібно для цього в майбутньому, що вивчатиметься, виховуватиметься і вдосконалюватиметься на наступному уроці).

18.Рівень засвоєння учнями навчального матеріалу, який вивчався на уроці.

19.Оцінювання вчителем діяльності учнів на уроці, обов'язкова мотивація виставлених оцінок.



20.Доцільність виставлених оцінок.

21.Домашнє завдання, його доцільність, доступність та індивідуалізація.

22.Закінчення уроку: емоційний стан класу, організований вихід з місця занять, вчасне закінчення уроку.

Схема 3

Педагогічний аналіз

уроку фізичної культури в _____ класі,
_____ школи

Учитель _____

Дата проведення _____

Місце проведення _____

Кількість учнів за списком _____, з них займалися _____

Для визначення якості проведеного уроку з фізичної культури у певному класі пропонуємо здійснити аналіз відповідних розділів роботи.

I. План уроку:

1.Наявність плану-конспекту уроку, де конкретно визначено завдання. Учитель виконує 2 – 3 основні завдання щодо вивчення нового матеріалу й повторення раніше пройденого, визначає виховну мету.

2.Відповідність матеріалу уроку до поставлених завдань і умов, де він проводиться.

3.Логічний зв'язок конспекту уроку з попереднім і наступним. Відповідність матеріалу уроку до календарного плану.

4.Розподіл часу за частинами уроку, дозування вправ, організаційно-методичні вказівки.

5.Оформлення плану-конспекту. Дозування вправ, наявність граматичних і схематичних вправ, малюнків, завдань та ін. Домашнє завдання.

II. Створення умов для проведення уроку:

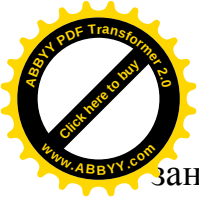
1.Підготовка місця для занять, обладнання та інвентарю, його відповідність до кількості і віку учнів.

2.Дотримання санітарно-гігієнічних вимог, техніки безпеки.

3.Спортивна форма учнів, оцінювання їхнього зовнішнього вигляду.

4.Відповідність ваги, розміру спортивного інвентарю й обладнання до програмних вимог.

5.Підготовка активу з кращих учнів. Робота з підготовки місць занять, спортивного інвентарю виконується учнями за дорученням учителя перед



заняттям. Під час оцінювання умов проведення занять слід враховувати можливості забезпечення якісного виконання програмного матеріалу й ефективність застосування їх на уроці.

III. Проведення уроку:

- Своєчасний початок і закінчення уроку, дисципліна учнів.
- Раціональність розподілу часу на окремі частини та види вправ.
- Організація страховки й допомоги, використання активу школярів, забезпечення уроку наочними посібниками й технічними засобами.
- Повідомлення та закріплення теоретичних даних в обсязі програми, здійснення теоретичних зв'язків, реалізація дидактичних принципів навчання на уроці (свідомості і послідовності, доступності, наочності).
- Якість знань, умінь і навичок в обсязі програми.

IV. Діяльність учителя на уроці:

1. Загальна підготовка вчителя до проведення уроку.
2. Уміння користуватися словом, показом, різними методичними прийомами, володіння командами, культура мови та ін. Володіння педагогічним тактом.
3. Характер ведення уроку (упевнено, невпевнено, мляво, жваво).
4. Зовнішній вигляд учителя, його підтягнутість, особиста дисциплінованість.
5. Уміння обрати місце свого перебування.
6. Чіткість та емоційність показу вправ.
7. Уміння володіти класом, підтримувати дисципліну, пробуджувати в учнів зацікавленість й ініціативу на заняттях.
8. Уміння підбивати підсумок уроку.

V. Висновки і пропозиції:

1. Загальне враження від уроку та його оцінка. Виконання завдань уроку.
2. Позитивна сторона уроку.
3. Помилки в проведенні уроку.
4. Пропозиції щодо поліпшення викладання фізичної культури в школі, усунення зазначених недоліків.

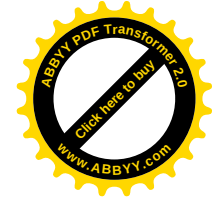


Схема 4

Педагогічний аналіз

уроку фізичної культури в _____ класі,
_____ школи

Учитель _____

Дата проведення _____

Місце проведення _____

Кількість учнів за списком _____, з них займалися _____

Для визначення якості проведеного уроку з фізичної культури у певному класі пропонуємо здійснити аналіз відповідних розділів роботи.

I. Планування уроку

1. Наявність плану-конспекту уроку, де конкретно вказано завдання (в основному на уроці вирішуються 2-3 основні завдання: вивчення нового матеріалу, удосконалення та повторення вивченого).

2. Відповідність матеріалу до поставлених завдань і умов, де проводиться урок.

3. Логічний зв'язок конспекту уроку з попереднім і наступним. Відповідність матеріалу до поурочного календарного робочого плану.

4. Розподіл часу за частинами уроку, дозування вправ, організаційно-методичні вказівки.

5. Оформлення плану-конспекту, наявність графічних і схематичних вправ, малюнків, завдань. Конкретні завдання додому.

II. Забезпечення умов для проведення уроку

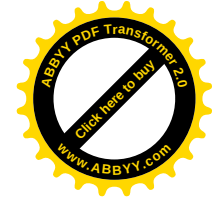
1. Підготовка місця для занять, обладнання, інвентарю, його співвідношення до кількості і вікових вимог учнів.

2. Дотримання санітарно-гігієнічних вимог, техніки безпеки.

3. Спортивна форма учнів, їхній зовнішній вигляд. Відповідність обладнання до програмних вимог.

4. Відповідність ваги, розміру спортивного інвентарю й обладнання до програмних вимог.

5. Наявність підготовленого активу із кращих учнів. Підготовку місця до занять, спортивного інвентарю виконують учні за завданням учителя перед уроком. Під час оцінювання умов проведення заняття директор (його заступник) аналізує можливості забезпечення якісного виконання програмного матеріалу й ефективність використання їх на уроці.



III. Проведення уроку

1. Організаційна частина уроку:

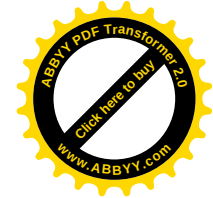
- своєчасний початок уроку й закінчення, дисципліна учнів;
- раціональність розподілу часу за частинами уроку і види вправ;
- організація страховки й допомоги, використання активу зі складу учнів, оснащення уроку наочними посібниками й технічними засобами;
- домашнє завдання, підбиття підсумків уроку, організація прибирання інвентарю та обладнання.

2. Навчально-виховна робота на уроці:

- цілеспрямованість і ефективність використання методів і прийомів навчання;
- робота над формуванням правильної постави й навичок дихання, індивідуальний і диференційований підхід у навчанні, робота з учнями; які не виконують вимог програми;
- застосування виховних завдань на уроці, перевірка й оцінювання знань, умінь і навичок учнів, формування навичок самостійної роботи, використання досягнень науки і техніки, передового педагогічного досвіду;
- ознайомлення й закріплення теоретичних відомостей в обсязі програми, реалізація дидактичних принципів навчання (послідовності, доступності, наочності);
- якість знань, умінь і навичок в обсязі програми.

IV. Діяльність учителя на уроці

1. Загальна підготовка вчителя до проведення уроку.
2. Уміння користуватися словом, показом, різними методичними прийомами, володіння командами, культура мови, педагогічний такт.
3. Характер ведення уроку (активно, пасивно, жваво, мляво).
4. Зовнішній вигляд учителя, його бадьорість, підтягнутість, особиста дисциплінованість.
5. Уміння правильно обрати місце під час уроку.
6. Чіткість та емоційність показу вправ.
7. Уміння керувати класом, підтримувати дисципліну, викликати в учнів зацікавленість й ініціативу.
8. Уміти підбивати підсумки уроку.



V. Висновки та пропозиції

1. Загальне враження від уроку, його оцінка. Виконання завдань уроку.

2. Позитивне на уроці.

3. Недоліки й помилки під час проведення уроку, шляхи їх подолання.

Пропозиції щодо поліпшення викладання фізкультури і здоров'я в школі, спрямовані на подолання виявлених недоліків.

Схема 5

Педагогічний аналіз

уроку фізичної культури в _____ класі,
_____ школи

Учитель _____

Дата проведення _____

Місце проведення _____

Кількість учнів за списком _____, з них займалися _____

Відповісти на питання:

1. Визначення й конкретне формулювання навчально-виховних завдань.

Чи відповідають вони програмним вимогам, умовам проведення занять, фізичній підготовленості учнів?

2. Підготовка місця занять, санітарно-гігієнічний стан, спортивна форма учнів (однорідність, акуратність тощо).

3. Своєчасний початок і закінчення уроку, рапорт, чітке перешикування під час занять, підбиття підсумків.

4. Розподіл часу за частинами уроку. Послідовність підготовки організму учнів до виконання основної роботи (відповідність дібраних фізичних вправ і дій до розв'язання головних завдань).

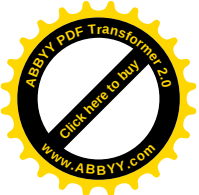
5. Методи навчання (зокрема продуктивні), їхня раціональність, ефективність.

6. Загальна й моторна щільність заняття (пояснення, показ, виконання завдань, простій, методичні вказівки).

7. Характер виконання учнями вивченого матеріалу (якісно, свідомо, добровільно, активно тощо)

8. Добір спеціальних і підвідних вправ, ефективність їх застосування, цілеспрямованість, їхнє поєднання.

9. Дозування фізичного навантаження, кількість повторів, темп, тривалість виконання завдань.



10. Реалізація дидактичних принципів навчання.
11. Розвиток рухових якостей. Засоби і методи їх розвитку.
12. Діяльність підготовленого активу помічників із учнів (груповоди, командири тощо).
13. Страхування й допомога під час виконання фізичних вправ.
14. Використання наочних посібників (включаючи навчальні картки), технічних засобів.
15. Формування навичок самостійної роботи учнів з метою виконання вправ у домашніх та інших умовах. Розуміння призначення цієї вправи та її впливу на організм, знання правил її виконання, дозування навантажень.
16. Участь у навчальному процесі учнів, зарахованих до спеціальної медичної групи.
17. Повідомлення теоретичних відомостей у процесі навчання. Знання теоретичного матеріалу.
18. Здійснення міжпредметних зв'язків (анатомія, фізика).
19. Диференційований підхід до навчання, його ефективність.
20. Використання нестандартного, допоміжного спортивного інвентарю.
21. Використання досягнень науки і передового педагогічного досвіду.
22. Виховання морально-вольових якостей (сміливість, цілеспрямованість, наполегливість, почуття колективізму та ін.)
23. Елементи естетичного виховання (музичний супровід, точні, гармонійні і виразні рухи, правильна постава, культура поведінки учнів).
24. Емоційність заняття.
25. Поведінка учнів, їхнє ставлення до навчальної праці. Стосунки з учителем.
26. Уміння вчителя користуватися словом, демонстрацією, методичними прийомами, командами. Знання термінології. Культура мови. Зовнішній вигляд учителя.
27. Вибір учителем місця на уроці, характер проведення уроку: упевнено, жваво, мляво, невпевнено. Вимогливість до дітей. Педагогічний такт.
28. Перевірка й оцінка засвоєння учнями навчального матеріалу.
29. Домашні завдання, організація їх перевірки.
30. Загальне враження: недоліки, що сподобалося.

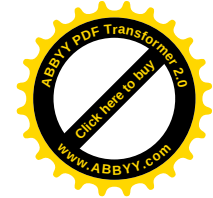


Схема 6

Педагогічний аналіз

уроку фізичної культури в _____ класі,
_____ школи

Учитель _____

Дата проведення _____

Місце проведення _____

Кількість учнів за списком _____, з них займалися _____

Виставити бали відповідно критеріям оцінювання:

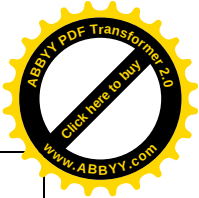
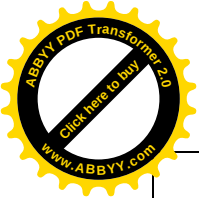
Кожен критерій оцінюється за 5-бальною шкалою.

Оцінка уроку: «відмінно» – 80 – 85 балів;

«добре» – 65 – 79 балів;

«задовільно» – 55 – 64 балів.

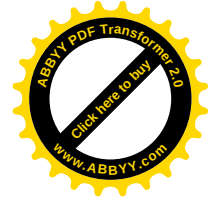
№	Критерії оцінювання		Оцінка	Коментарі
1	2		3	4
1	Підготовка вчителя до уроку	Створення умов для проведення уроку (підготовка місця, обладнання, інвентарю, санітарно-гігієнічні умови, наявність спортивної форми у дітей)		
		Планування, добір спеціальних і підготовчих вправ до розв'язання головних завдань уроку		
		Включення необхідного матеріалу для повторення		
		Використання дидактичного матеріалу, технічних засобів		
2	Організаційні навички	Уміння подавати команди й розпорядження, вимагати чіткого їх виконання		
		Правильність вибору місця вчителя, розміщення учнів		
		Уміння підтримувати робочу дисципліну		
3	Методична та інструктивно-технічна підготовка (освітній, оздоровчий, виховний аспекти)	Правильне дозування вправ, відповідність підготовчої частини уроку до завдань основної		
		Техніка показу вправ		
		Виклад теоретичного матеріалу в обсязі програми; використання підготовчих і спеціальних вправ;		



		формування навичок самостійних занять; індивідуальний і диференційований підхід до навчання, робота з невстигаючими; оцінка знань, умінь і навичок; контроль за виконанням домашніх завдань		
		Підготовка до уроку помічників, командирів відділень; володіння елементами контролю й самоконтролю; формування навичок страхування, суддівства, навчальних ігор, користування спортивним інвентарем		
		Робота над формуванням правильної постави і навичок дихання; забезпечення диференційованого підходу до школярів з ослабленим станом здоров'я та добре розвинених		
		Особистий приклад учителя; виховання бережливого ставлення до спортивного майна та доброзичливого один до одного, взаємодопомога; використання засобів педагогічного впливу, заохочення для формування свідомої дисципліни; приклади з досвіду фізичного самовдосконалення видатних людей (матеріали спеціальної та популярної літератури тощо)		
		Використання елементів народознавства: народні ігри і забави, елементи хореографії, танцювальний зв'язок, народні й побутові танці, комплекси ЗРВ на мотиви народних пісень		
4	Результативність роботи	Оптимальна загальна й моторна щільність уроку. Норми фізіологічного навантаження		
		Якість засвоєння учнями знань, умінь і навичок		
		Оригінальність уроку, його емоційне наповнення		
Підсумковий бал				

Схема 7
Карта візуального аналізу уроку фізичної культури
для визначення професійної кваліфікації вчителя фізичної культури

Блок 1. Реалізація основних вимог до сучасного уроку		Блок 2. Використання інноваційних категорій		Блок 3. Творчий пошук	
Критерії оцінювання	Бал	Критерії оцінювання	Бал	Критерії оцінювання	Бал
Освітнє спрямування	5	Диференціація	5	Нетрадиційні засоби	5
Виховне спрямування	5	Індивідуалізація	5	Міжпредметні зв'язки	5
Оздоровче спрямування	5	Мотивація рухових дій	5	Інтеграція	5
Інструктивне спрямування	5	Організація самостійної роботи	5	Народознавчий компонент	5
Організаційно-методичне забезпечення	5	Система домашніх завдань	5	Інтерактивні методи	5
Середній рівень — 7-15 балів Достатній рівень — 16-20 балів Високий рівень — 21-25 балів Кваліфікаційна категорія: Спеціаліст; спеціаліст другої категорії		Середній рівень — 25-35 балів Достатній рівень — 36-45 балів Високий рівень — 46-50 балів Кваліфікаційна категорія: спеціаліст першої категорії		Середній рівень — 51-60 балів Достатній рівень — 61-70 балів Високий рівень — 71-75 балів Кваліфікаційна категорія: спеціаліст вищої категорії	



7.7. Аналіз та обговорення відкритого уроку фізичної культури

Обговорення уроку фізичної культури проводить методист з фаху та заступник директора школи з навчально-виховної роботи в присутності студентів-практикантів.

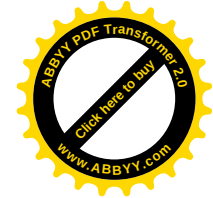
Обговорення обов'язково відбувається в присутності вчителя, бажано відразу після уроку. Першим виступає учитель, аналізує урок, виконання поставленого завдання, наголошує на позитивних моментах і недоліках, пояснює їхні причини. Після цього студенти-практиканти, які були присутні на уроці, ставлять запитання, на які він відповідає.

Аналізуючи урок, студенти зазначають, що нового побачили і що можуть цікавого, творчого почерпнути для себе, вносять пропозиції, роблять висновки. Розгляд уроку повинен відбуватися в нормальній товариській атмосфері. Пропозиції та вказівки необхідно аргументувати, щоб надалі їх можна було використати для покращення роботи студентів у ролі вчителя фізичної культури.

Слід уникати формального підходу до аналізу уроку. Урок оцінюється – «відмінно», «добре», «задовільно» – без педагогічних висновків.

Після обміну думками і обговорення виступає вчитель, який проводив урок. Він зазначає, що вважає в оцінці колег правильним, з чим не погоджується і чому. Обговорення відкритого уроку повинно відбуватися у формі творчого диспуту.

Методист з фаху підбиває підсумки обговорення, наголошує на головному, найбільш цінному, що потрібно запозичити студентам, дає конкретні рекомендації, де краще використати їх на уроці.



VIII. ХРОНОМЕТРУВАННЯ ТА ПУЛЬСОМЕТРІЯ

УРОКУ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

8.1. Хронометрування уроку

Щільність уроку Хронометрування уроку проводиться з метою визначення загальної та рухової (моторної) щільності уроку.

Кожен вчитель фізичної культури повинен прагнути до максимального використання часу на уроці і раціональної витрати його на вирішення поставлених цілей. Одним з показників ефективності уроку є його щільність, яка характеризує ефективність використання часу уроку. Під час аналізу уроку оцінюється загальна і моторна щільність.

1. Загальна щільність уроку:

$$P_{\text{заг.}} = \frac{t_5 + t_6 + t_7 + t_8}{45(40,35)} \times 100\% = \frac{\quad}{\quad} = \quad \%$$

До раціонально витраченого часу належать: повідомлення мети уроку, пояснення техніки та правил використання вправ, практичне виконання вправ, визначення функціонального стану учнів, інструктаж, пояснення помічених помилок та ін. До раціонально витраченого часу слід віднести: невимушені простої, нераціональне шиккування та перешикування, підготовка місця занять що слід було зробити до уроку, очікування черги виконання конкретної вправи тощо.

Показники загальної щільності уроку:

- | | |
|--------------|-----------|
| – відмінно | 95 – 100% |
| – добре | 85 – 94% |
| – задовільно | 75 – 84 % |

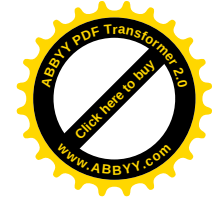
2. Моторна щільність уроку:б

$$P_{\text{рух.}} = \frac{t_5}{45(40,35)} \times 100\% = \frac{\quad}{\quad} = \quad \%$$

Час руху складається тільки з того часу, який витрачається учнями (учнем) на виконання різноманітних вправ) для різних видів уроку критерії оцінювання різні.

Кросова або лижна підготовка:

- | | |
|--------------|----------------|
| – відмінно | 80% та більше; |
| – добре | 70-79 %; |
| – задовільно | 60-69 % |



Спортивні та рухливі ігри, легка атлетика:

- відмінно 75% та більше;
- добре 65-74 %;
- задовільно 55-64 %.

Гімнастика, плавання:

- відмінно 70 % та більше;
- добре 60-69 %;
- задовільно 50-59 %.

Щільність уроку визначається за допомогою хронометражу, який проводиться з урахуванням таких видів діяльності учнів та вчителя:

- виконання учнями вправ;
- слухання вчителя (розповіді, пояснення, інструктажу) і спостереження за демонстрацією вправ; відпочинок, очікування виконання чергового завдання;
- шикування, перешикування, підготовка місця занять, прибирання обладнання та інвентарю;
- простій.

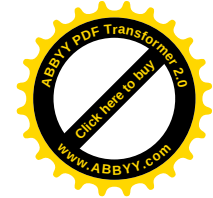
Вимірювання та фіксація часу при хронометруванні відбувається за допомогою секундоміра.

Хронометрування здійснюється шляхом спостереження за діяльністю одного учня. В разі зниження його активності або припинення діяльності взагалі спостереження продовжується за будь-яким іншим учнем. Тому відразу слід намітити для спостереження двох-трьох учнів. Результати хронометрування діяльності учня у певній мірі імовірності говорять і про діяльність вчителя.

Час діяльності учня фіксується по рухомій стрілці секундоміра і заноситься до спеціального, завчасно підготовленого протоколу. Секундомір вмикається в той час доби, який визначено розкладом занять. Прийнято вважати, що початком уроку є організований прихід учнів до спортзалу або спортивного майданчику чи шикування.

Зупиняють секундомір після організованого виходу учнів із залу чи спортивного майданчику.

Щільність уроку визначається за формулами, які наводяться в кінці протоколу хронометрування.



Істотні ознаки для визначення характеру реакції організму на фізичні навантаження

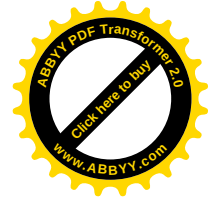
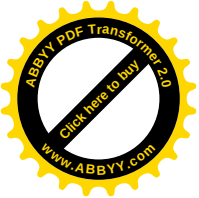
Фізичні навантаження, що перевищують функціональні можливості учня, а також темп і ритм виконання справ, які неадекватні можливостям учнів, – головні причини виникнення травм та пошкоджень на уроках фізичної культури.

Про характер реакції організму на фізичні навантаження можна судити з ряду істотних ознак, що наведені в таблиці 1.

Таблиця

Істотні ознаки для визначення характеру реакції організму на фізичні навантаження

Ознаки втоми	Ступінь втоми		
	Незначна	Значна	Велика
Колір школи	Невелике почервоніння	Значне почервоніння	Різде почервоніння або збліднення, синюшність
Пітливість	Невелика	Велика, в основному на плечовому поясі	Дуже велика на всьому тілі, поява солі на висках голови, футболці або майці
Дихання	Прискорене, але рівне	Сильно прискорене	Різде прискорене, поверхнєве, з окремими глибокими вдихами, що змінюються безперервним диханням
Увага	Добра: безпомилкове виконання завдань	Неточність під час виконання команд, помилки під час зміни напрямку руху, виконання більшості вправ	Надто повільне виконання команд, сприймаються тільки гучні команди не складного характеру
Рух	Координоване виконання	Незначна втрата координації рухів	Різде коливання під час ходьби або бігу, значна втрата координації рухів
Самопочуття	Належне, скарг немає	Скарги на втому, болі в ногах, задишку прискорене биття серця	Окрім наведених скарг, має прояв головний біль, нудота, блювання, «жар» в грудях Довгий час нормальний стан не відновлюється



Протокол хронометрування уроку фізичної культури

Клас: _____

Школа _____

Дата проведення _____

Місце проведення: _____

В класі по списку _____

Присутні _____

Займалося _____

Урок проводив _____

Урок спостерігав _____

Задачі уроку:

1. _____
2. _____
3. _____

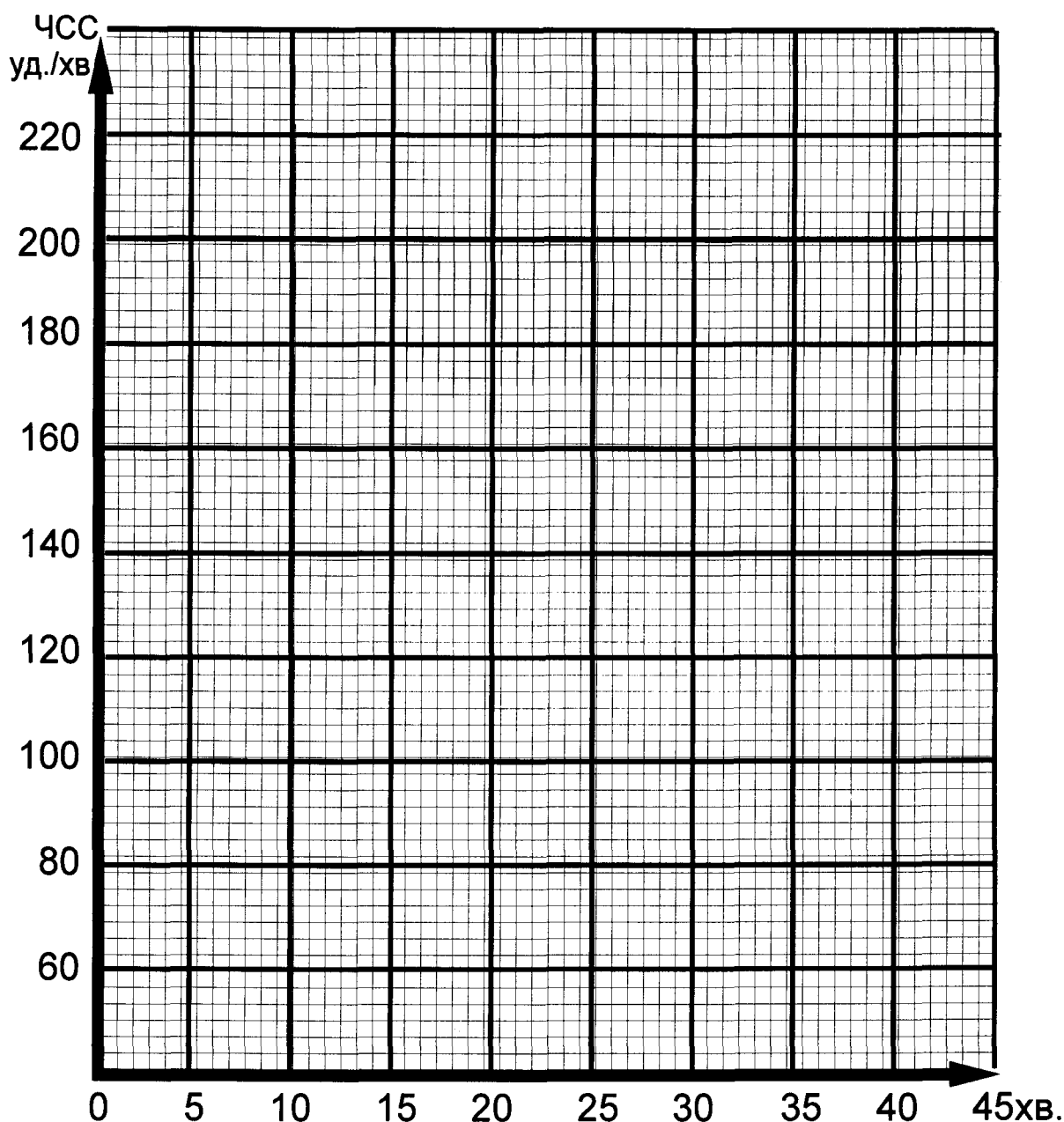
Частина уроку	Зміст уроку	Пульс за 1 хв.	Час закін- чення рухової дії	Рухова дія	Осмилення	Допоміжні дії	Відпочинок	Простій
1	2	3	4	5	6	7	8	9

$$P_{\text{зар.}} = \frac{t_5 + t_6 + t_7 + t_8}{45(40,35)} \times 100\% = \text{_____} = \text{_____} \%$$

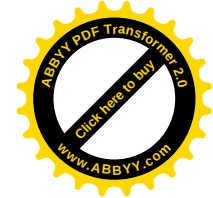
$$P_{\text{рух.}} = \frac{t_5}{45(40,35)} \times 100\% = \text{_____} = \text{_____} \%$$

8.2. Графік пульсометрії

Одночасно з хронометруванням уроку проводиться пульсометрія (визначення навантаження на одного учня по ЧСС). Перше вимірювання фіксується на початку уроку, останнє – в кінці. За урок роблять приблизно 12-15 вимірювань. Результати фіксуються по секундоміру за 10 сек. і перераховуються за 1 хв. Дані заносяться до протоколу хронометрування (графа 3) і складається графік пульсометрії.



Аналіз пульсометрії



ІХ. ПЛАН ВИХОВНОЇ РОБОТИ (у прикріпленому класі)

План виховної роботи складається на період практики для учнів прикріпленого класу відповідно до плану виховної роботи класного керівника.

Схема плану виховної роботи

учнів _____ класу школи № _____ міста _____
на період з _____ по _____ 200__ р.

<i>№ п/п</i>	<i>Назва закладу</i>	<i>Термін виконання</i>	<i>Дата виконання, підпис класного керівника</i>

Схема плану-звіту

проведення бесіди на спортивну тематику

Тема: _____

План і короткі тези бесіди:

1. _____
2. _____ та ін.

Завдання учням: 1. _____
2. _____

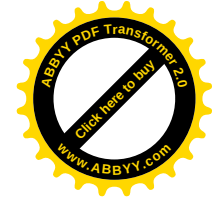
Хід бесіди

1. Вступне слово студента (ки). Короткий виклад.
2. Виступ і запитання учнів.

Дата проведення _____

Кількість присутніх учнів _____

Оцінка класного керівника _____ П.І.Б. _____



Х. КАЛЕНДАР ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ЗАХОДІВ ШКОЛИ

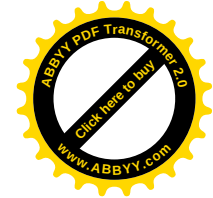
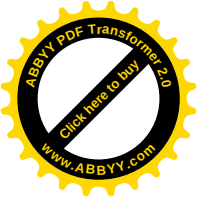
Схема календаря фізкультурно-оздоровчих заходів

школи № _____ на _____ навчальний рік

№	Назва змагань	Час проведення	Місце проведення	Кількість учасників	Відповідальні
1.	Спартакіада школи	Протягом навч. року	Спорт. майданчики школи	Учні основної мед. групи	Учителі фізичної культури
2.					
3.					
4.					
5.					
20.					

Згідно з навчальною програмою, головними критеріями під час виставлення оцінки за виконання рухової дії є комплексне оцінювання знань, техніки виконання та нормативного показника. Специфікою у виставленні оцінки за 12-бальною системою є те, що за показником навчального нормативу визначають рівень компетентності, а потім за технічними показниками виконання рухової дії та теоретичними знаннями виставляють остаточну оцінку в балах. Якщо рухова дія не має нормативного показника, рівень компетентності визначається за структурою техніки виконання, а остаточне оцінювання в балах здійснюється за показником теоретичних знань. Оцінювання вправ комплексного тесту відбувається, навпаки, за сумою балів. За кращий показник учень отримує 2 бали, за гірший – 1 бал, ще нижчий показник не враховується. Таким чином, максимально учень набирає 12 балів. Оцінка в класний журнал виставляється за сумою балів усіх шести тестів комплексного тесту, а не за кожен окремо.

Оцінюючи рівень навчальних досягнень школярів, слід використовувати наведену нижче таблицю 2.

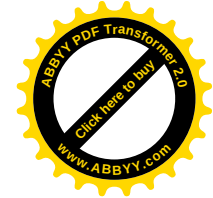


XI. ОЦІНЮВАННЯ РІВНЯ НАВЧАЛЬНИХ ДОСЯГНЕНЬ ШКОЛЯРІВ

Таблиця 2

Оцінювання рівня навчальних досягнень школярів

Рівень навч. досягнень	Бали	Критерії оцінювання
Початковий	1	Учень володіє знаннями, необхідними для виконання певного елемента на елементарному рівні розпізнання.
	2	Учень володіє матеріалом на елементарному рівні засвоєння, може виконувати окремі елементи фізичних вправ.
	3	Учень володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, розрізняє елементи техніки виконання фізичних вправ, може виконувати нормативний показник низького рівня.
Середній	4	Учень володіє матеріалом на рівні, вищому за початковий, розрізняє елементи техніки виконання вправ, його вміння й навички дають змогу виконувати більшість елементів фізичних вправ (з незначними помилками).
	5	Учень розуміє основний теоретико-методичний матеріал, може виконувати техніку окремої фізичної вправи.
	6	Учень виявляє знання і розуміння основних положень навчального матеріалу, за допомогою вчителя може аналізувати та виправляти допущені помилки. Здатний виконати окремі контрольні нормативні показники та вправи комплексного тесту оцінки стану фізичної підготовленості.
Достатній	7	Учень виявляє знання переважної більшості навчального матеріалу, здатний застосовувати теоретико-методичний матеріал для виконання фізичних вправ, визначених навчальною програмою.
	8	Знання учня достатньо повні, він вільно застосовує вивчений матеріал, уміє аналізувати, робити висновки. Володіє технікою виконання фізичних вправ, виконує вправи комплексного тесту оцінки стану фізичної підготовленості.
	9	Учень вільно володіє матеріалом та вміло застосовує його на практиці. Виконує контрольні навчальні нормативи і вимоги, вправи для обов'язкового повторення.
Високий	10	Учень уміло володіє теоретико-методичним матеріалом навчальної програми, знає методику підготовки і виконання фізичних вправ. Рівень умінь і навичок дає змогу правильно й якісно виконувати нормативні показники.
	11	Учень володіє узагальненими, міцними знаннями з предмета, техніко-тактичною підготовкою під час виконання фізичних вправ.
	12	Учень має системні знання та інструктивно-методичні навички з предмета, досягає високих результатів під час виконання фізичних вправ, визначених навчальною програмою та комплексним тестом оцінки стану фізичної підготовленості.



ХІІ. СЕНСИТИВНІ ПЕРІОДИ РОЗВИТКУ РУХОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ ШКОЛЯРІВ

Рухові здібності – це індивідуальні, генетично обумовлені в розвитку, якісні властивості моторики, які визначають успіх фізкультурної, спортивної і трудової діяльності людини. Відомі п'ять рухових здібностей: координаційні, силові, швидкісні, а також витривалість та гнучкість.

На уроках під час розвитку рухових здібностей учнів слід враховувати найсприятливіші (сенситивні) періоди.(табл. 3)

Таблиця 3

Найсприятливіші періоди розвитку рухових здібностей у школярів

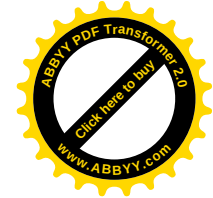
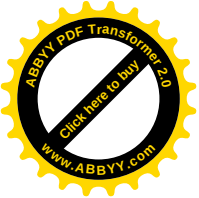
Вік, роки	Сила		Швид- кість		Швидкісно- силові		Гнучкість		Витривалість				Рівно- вага	
									Динамічна (силова)		Загальна			
	Хл.	Дів.	Хл.	Дів.	Хл.	Дів.	Хл.	Дів.	Хл.	Дів.	Хл.	Дів.	Хл.	Дів.
16 – 17	xxx	xxx						xxx				х	xxx	
15 – 16	х		х				xxx		xx					
14 – 15	х				xx	х	xxx	xxx			xx			
13 – 14	xx			xxx			xxx	xx						
12 – 13									xx	xx	xxx			х
11 – 12		xx				xxx		xx	xxx	xxx		xxx		xxx
10 – 11	х	xxx		xxx		xxx				xxx	xxx	xx		
9 – 10			х	xx		xxx	xxx	х		xxx		xx	xxx	xx
8 – 9	х	х	xxx	xxx						xx	xxx	х		xxx
7 – 8		х	xxx	xxx		xx		х						xx

Умовні позначки:

х — періоди помірних темпів розвитку;

хх — періоди субмаксимальних темпів розвитку;

xxx — періоди максимальних темпів розвитку.



ХІІІ. ОРІЄНТОВНІ НАВЧАЛЬНІ НОРМАТИВИ

13.1. Орієнтовні навчальні нормативи для варіативного модуля «БАСКЕТБОЛ»

1 рік вивчення

Зміст навчального матеріалу	Рівень навчальних досягнень учнів			
	початковий	середній	достатній	високий
6 кидків м'яча (міні-баскетбольного або волейбольного) у кошик однією рукою від плеча, двома руками від грудей (дівчата), стоячи збоку на відстані 1,5м від щита (кількість влучень):				
хлопці	жодного	1	2	3
дівчата	влучного кидка	1	2	3
10 передач м'яча у стіну з відстані 3 м:				
хлопці	жодної	2	3	5
дівчата	правильно виконаної передачі	1	2	4

2 рік вивчення

Зміст навчального матеріалу	Рівень навчальних досягнень учнів			
	початковий	середній	достатній	високий
6 кидків однією рукою зверху, двома руками від голови (дівчата), стоячи збоку на відстані 3м від щита:				
хлопці	жодного	1	2	3
дівчата	влучного кидка	1	2	3
10 передач м'яча (на місці) у парах на відстані 4м одним із вивчених способів виконання:				
хлопці	жодної	3	5	8
дівчата	правильно виконаної передачі	1	2	5

3 рік вивчення

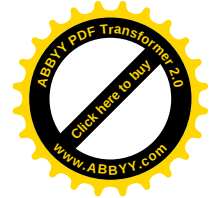
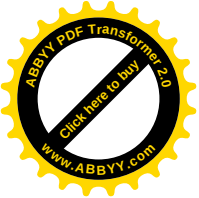
Зміст навчального матеріалу	Рівень навчальних досягнень учнів			
	початковий	середній	достатній	високий
кидки м'яча після ведення та подвійного кроку (з 5-ти випробувань): хлопці	жодного влучного кидка	1	2	3
дівчата		1	2	3
6 штрафних кидків: хлопці	жодного влучного кидка	1	2	3
дівчата		1	2	3

4 рік вивчення

Зміст навчального матеріалу	Рівень навчальних досягнень учнів			
	початковий	середній	достатній	високий
6 кидків однією рукою зверху на відстані 3м від щита: хлопці	жодного влучного кидка	1	2	3
кидки двома руками зверху на відстані 3м від щита: дівчата	жодного влучного кидка	1	2	3
6 штрафних кидків: хлопці	жодного влучного кидка	1	2	4
дівчата		1	2	3

5 рік вивчення

Зміст навчального матеріалу	Рівень навчальних досягнень учнів			
	початковий	середній	достатній	високий
6 кидків однією рукою зверху в стрибку на відстані 3 м: хлопці	жодного влучного кидка	1	2	3
6 кидків двома руками зверху на відстані 3м від щита: дівчата	жодного влучного кидка	1	2	3
6 штрафних кидків: хлопці	жодного влучного кидка	1	2	5
дівчата		1	2	4



13.2. Орієнтовні навчальні нормативи для варіативного модуля «ВОЛЕЙБОЛ»

Рік вивчення	Навчальні нормативи		Рівні компетентності			
			низький	середній	достатній	високий
1 рік вивчення	Передача м'яча над собою двома руками зверху	хл.	до 3	3	4	5
		дівч.	до 2	2	3	4
	Прийом м'яча знизу над собою	хл.	до 2	3	4	5
		дівч.	1	2	3	4
2 рік вивчення	Передача м'яча в стіну двома руками зверху (відстань 3 м)	хл.	до 4	4	5	6
		дівч.	до 3	3	4	5
	Прийом м'яча знизу від стіни (відстань 2 м)	хл.	до 3	3	4	6
		дівч.	до 2	2	3	4
3 рік вивчення	Передача м'яча двома руками зверху в парах (відстань 2 м)	хл.	до 3	3	5	6
		дівч.	до 3	3	4	5
	Прийом та передача м'яча двома руками знизу в парах (відстань 3 м)	хл.	до 2	2	3	4
		дівч.	0	1	2	3
	Нижня пряма або бокова подачі (6 спроб)	хл.	1	2	3	4
		дівч.	0	1	2	3
4 рік вивчення	Передача м'яча двома руками зверху через сітку в парах	хл.	до 3	3	4	5
		дівч.	до 2	2	3	4
	Прийом та передача м'яча двома руками знизу в парах	хл.	до 2	2	3	4
		дівч.	0	1	2	3
	Верхня пряма подача (7 спроб)	хл.	1	2	3	4
		дівч.	0	1	2	3
5 рік вивчення	Передача м'яча двома руками зверху через сітку в парах	хл.	до 4	4	5	6
		дівч.	до 3	3	4	5
	Прийом та передача м'яча двома руками знизу через сітку в парах	хл.	до 4	4	5	6
		дівч.	до 3	3	4	5
	Верхня пряма подача (6 спроб)	хл.	до 2	2	3	4
		дівч.	0	1	2	3

13.3. Орієнтовні навчальні нормативи для варіативного модуля «ГАНДБОЛ»

Рік вивчення	Навчальні нормативи		Рівні компетентності			
			низький	середній	достатній	високий
1 рік вивчення	Передача (кидок) гандбольного м'яча на дальність (м)	хл.	до 11	11	13	14
		дівч.	до 8	8	10	12
	Ведення гандбольного м'яча 15м (с)	хл.	більше 4,0	4,0	3,8	3,6
		дівч.	більше 4,6	4,6	4,4	4,2
2 рік вивчення	Передача (кидок) гандбольного м'яча на дальність (м)	хл.	до 12	12	14	15
		дівч.	до 10	10	11	13
	Передачі м'яча в стіну з відстані 3м (кількість передач за 30 с)	хл.	до 8	8	10	13
		дівч.	до 6	6	8	10
3 рік вивчення	Передача (кидок) гандбольного м'яча на дальність (м)	хл.	до 13	13	15	16
		дівч.	до 11	11	12	14
	Передачі м'яча в стіну з відстані 3м (кількість передач за 30 с)	хл.	до 10	10	12	15
		дівч.	До 8	8	10	12
	Штрафний кидок з 7-ми метрів у визначену половину воріт (з 5-ти спроб, кількість влучних кидків)	хл.	1	2	3	4
		дівч.	жодного влучного кидка	1	2	3
4 рік вивчення	Передача (кидок) гандбольного м'яча на дальність (м)	хл.	до 14	14	16	17
		дівч.	до 12	12	13	15
	Передачі м'яча в стіну з відстані 3м (кількість передач за 30 с)	хл.	до 14	14	15	17
		дівч.	до 10	10	12	13
	Штрафний кидок з 7-ми метрів у визначений кут воріт (з 5-ти спроб, кількість влучних кидків)	хл.	1	2	3	4
		дівч.	жодного влучного кидка	1	2	3
5 рік вивчення	Передачі м'яча в стіну з відстані 3 м (кількість передач за 30 с)	хл.	до 16	16	17	18
		дівч.	до 14	14	15	16
	Штрафний кидок з 7-ми метрів у визначену вчителем зону воріт (з 5-ти спроб, кількість влучних кидків)	хл.	1	2	3	4
		дівч.	жодного влучного кидка	1	2	3
	Кидки м'яча з 6-ти м в нижні кути воріт (з 5-ти спроб, кількість влучних кидків)	хл.	1	2	3	4

13.4. Орієнтовні навчальні нормативи для варіативного модуля «ГІМНАСТИКА»

Рік вивчення	Навчальні нормативи		Рівні компетентності			
			низь- кий	серед- ній	дос- татній	висо- кий
1 рік вивчення	Підтягування (кількість разів)	хл. у висі	до 2	2	3	4
		дівч. у висі лежачи	до 3	3	6	8
	Згинання та розгинання рук в упорі лежачи (кількість разів)	хл. від під- логи	до 4	4	7	10
		дівч. від лави	до 4	4	6	8
	Нахил уперед з положення сидячи (см)	хл.	до 2	2	3	5
		дівч.	до 5	5	7	10
	Піднімання тулуба в сід за 30 с	хл.	до 10	10	20	28
		дівч.	до 9	9	18	27
2 рік вивчення	Підтягування (кількість разів)	хл. у висі	до 2	2	4	5
		дівч. у висі лежачи	до 4	4	8	12
	Згинання та розгинання рук в упорі лежачи (кількість разів)	хл. від під- логи	до 6	6	10	14
		дівч. від лави	до 5	5	7	9
	Нахил уперед з положення сидячи (см)	хл.	до 2	2	4	6
		дівч.	до 6	6	8	11
	Піднімання тулуба в сід за 30 с	хл.	до 11	11	19	29
		дівч.	до 10	10	18	28
3 рік вивчення	Підтягування (кількість разів)	хл. у висі	до 3	3	5	7
		дівч. у висі лежачи	до 5	4	10	15
	Згинання та розгинання рук в упорі лежачи (кількість разів)	хл. від під- логи	до 9	9	14	18
		дівч. від лави	до 6	6	9	12
	Нахил уперед з положення сидячи (см)	хл.	до 2	2	4	7
		дівч.	до 7	7	9	12
	Піднімання тулуба в сід за 30 с	хл.	до 12	12	20	30
		дівч.	до 11	11	19	29

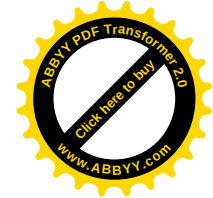
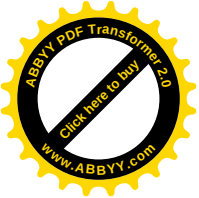
Рік вивчення	Навчальні нормативи		Рівні компетентності			
			низький	середній	достатній	високий
4 рік вивчення	Підтягування (кількість разів)	хл. у висі	до 3	3	6	8
		дівч. у висі лежачи	до 5	5	12	16
	Згинання та розгинання рук в упорі лежачи (кількість разів)	хл. від підлоги	до 10	10	15	20
		дівч. від лави	до 7	7	10	13
	Нахил уперед з положення сидючи (см)	хл.	до 2	2	5	8
		дівч.	до 8	8	10	13
	Піднімання тулуба в сід за 30 с	хл.	до 13	13	21	31
		дівч.	до 12	12	20	30
5 рік вивчення	Підтягування (кількість разів)	хл. у висі	до 3	3	7	10
		дівч. у висі лежачи	до 5	5	15	18
	Згинання та розгинання рук в упорі лежачи (кількість разів)	хл. від підлоги	до 12	12	18	25
		дівч. від лави	до 8	8	12	15
	Нахил уперед з положення сидючи (см)	хл.	до 2	2	5	9
		дівч.	до 9	9	11	14
	Піднімання тулуба в сід за 30 с	хл.	до 14	14	22	32
		дівч.	до 13	13	21	31

13.5. Орієнтовні навчальні нормативи для варіативного модуля «ЛЕГКА АТЛЕТИКА»

Рік вивчення	Навчальні нормативи		Рівні компетентності			
			низький	середній	достатній	високий
1 рік вивчення	Біг 30м (с)	хл.	більше 7,0	7,0	6,5	5,8
		дівч.	більше 7,4	7,4	6,9	6,2
	Біг 60м (с)	хл.	більше 11,8	11,8	10,8	10,0
		дівч.	більше 12	12	11,2	10,5
	Рівномірний біг (без урахування часу) (м)	хл.	до 600	600	800	1000
		дівч.	до 500	500	800	1000
	Стрибок у довжину з місця (см)	хл.	до 120	120	140	160
		дівч.	до 110	110	120	140

Рік вивчення	Навчальні нормативи		Рівні компетентності			
			низький	середній	достатній	високий
	Стрибок у довжину з розбігу способом «зігнувши ноги» (см)	хл.	до 240	240	260	280
		дівч.	до 200	200	220	240
	Стрибок у висоту з розбігу способом «переступання» (см)	хл.	до 70	70	80	90
		дівч.	до 60	60	70	80
	Метання малого м'яча на дальність (м)	хл.	до 15	15	22	28
		дівч.	до 10	10	13	16
	Біг 30м (с)	хл.	більше 6,7	6,	6,	5,6
		дівч.	більше 7,1	7,1	6,6	6,0
2 рік вивчення	Біг 60м (с)	хл.	більше 11,5	11,5	10,6	9,8
		дівч.	більше 11,8	11,8	11	10,4
	Рівномірний біг (без урахування часу) (м)	хл.	до 700	700	1000	1200
		дівч.	до 600	600	800	1000
	Стрибок у довжину з місця (см)	хл.	до 130	130	150	170
		дівч.	до 120	120	130	150
	Стрибок у довжину з розбігу способом «зігнувши ноги» (см)	хл.	до 260	260	280	300
		дівч.	до 220	220	240	260
	Стрибок у висоту з розбігу способом «переступання» (см)	хл.	до 75	75	85	95
		дівч.	до 65	65	75	85
	Метання малого м'яча на дальність (м)	хл.	до 17	17	24	30
		дівч.	до 12	12	15	18
3 рік вивчення	Біг 30м (с)	хл.	більше 6,4	6,4	6,0	5,4
		дівч.	більше 6,8	6,8	6,4	5,8
	Біг 60м (с)	хл.	більше 11,2	11,2	10,4	9,6
		дівч.	більше 11,6	11,6	10,8	10,3
	Рівномірний біг 1000м (хв., с)	хл.	більше 5,3	5,30	5,00	4,40
		дівч.	більше 6,0	6,00	5,30	5,10
	Стрибок у довжину з місця (см)	хл.	до 140	140	160	180
		дівч.	до 130	130	140	160
	Стрибок у довжину з розбігу способом «зігнувши ноги» (см)	хл.	до 280	280	300	330
		дівч.	до 240	240	260	280
	Стрибок у висоту з розбігу способом «переступання» (см)	хл.	до 80	80	90	100
		дівч.	до 70	70	80	90
	Метання малого м'яча на дальність (м)	хл.	до 20	20	26	34
		дівч.	до 14	14	16	20

Рік вивчення	Навчальні нормативи		Рівні компетентності			
			низький	середній	достатній	високий
4 рік вивчення	Біг 30м (с)	хл.	більше 6,2	6,2	5,8	5,2
		дівч.	більше 6,7	6,7	6,2	5,6
	Біг 60м (с)	хл.	більше 10,8	10,8	10,0	9,0
		дівч.	більше 11,4	11,4	10,8	10,3
	Рівномірний біг (хв., с)	хл. 1500 м	більше 8,0	8,00	7,20	6,50
		дівч. 1000 м	більше 6,1	6,10	5,40	5,20
	Стрибок у довжину з місця (см)	хл.	до 150	150	170	185
		дівч.	до 130	130	145	165
	Стрибок у довжину з розбігу способом «зігнувши ноги» (см)	хл.	до 300	300	320	360
		дівч.	до 250	250	270	290
	Стрибок у висоту з розбігу способом «переступання» (см)	хл.	до 85	85	95	105
		дівч.	до 75	75	85	95
5 рік вивчення	Метання малого м'яча на дальність	хл.	до 23	23	30	36
		дівч.	до 15	15	18	22
	Біг 30м (с)	хл.	більше 6,0	6,0	5,6	5,0
		дівч.	більше 6,7	6,7	6,0	5,5
	Біг 60м (с)	хл.	більше 10,4	10,4	9,8	8,8
		дівч.	більше 11,4	11,4	10,6	10,2
	Рівномірний біг (хв., с)	хл. 1500 м	більше 7,3	7,30	7,00	6,30
		дівч. 1000 м	більше 6,2	6,20	5,40	5,20
	Стрибок у довжину з місця (см)	хл.	до 160	160	180	200
		дівч.	до 135	135	150	170
	Стрибок у довжину з розбігу способом «прогинаючись» (см)	хл.	до 320	320	340	390
		дівч.	до 250	250	270	300
	Стрибок у висоту з розбігу способом «переступання» (см)	хл.	до 90	90	100	115
		дівч.	до 75	75	85	100
	Метання малого м'яча на дальність (м)	хл.	до 26	26	32	40
		дівч.	до 16	16	19	24



13.6. Орієнтовні нормативи для варіативного модуля «НАСТІЛЬНИЙ ТЕНІС»

Рік вивчення	Навчальні нормативи		Рівні компетентності			
			низь- кий	серед- ній	дос- татній	висо- кий
1 рік вивчення	Набивання (жонгливання) м'яча ракеткою	хл.	25	30	40	45
		дівч.	20	35	30	35
	Виконання серії ударів штовхаючись з партнером	хл.	15	18	21	24
		дівч.	12	15	18	21
2 рік вивчення	Виконання подачі з нижнім обертом м'яча (кількість влучень з 10 подач у ближню зону подачі)	хл.	2	5	7	9
		дівч.	1	3	5	7
	Виконання серії підрізки справа або зліва з партнером по прямих	хл.	15	18	21	24
		дівч.	12	15	18	21
3 рік вивчення	Виконання подачі з верхнім обертом м'яча (кількість влучень з 10 подач у дальню зону подачі)	хл.	2	5	7	9
		дівч.	1	3	5	7
	Виконання серії накатів справа або зліва з партнером по прямих	хл.	15	18	21	24
		дівч.	12	15	18	21
4 рік вивчення	Виконання подачі з нижнім боковим обертом м'яча (кількість влучень з 10 подач у ближню зону подачі)	хл.	2	5	7	9
		дівч.	1	3	5	7
	Виконання серії ударів справа або зліва з партнером по діагоналі	хл.	15	18	21	24
		дівч.	12	15	18	21
5 рік вивчення	Виконання подачі з верхнім боковим обертом м'яча (кількість влучень з 10 подач у дальню зону подачі)	хл.	2	5	7	9
		дівч.	1	3	5	7
	Виконання серії топ-спінів справа або зліва з партнером по діагоналі	хл.	9	12	15	18
		дівч.	6	9	12	15

13.7. Орієнтовні навчальні нормативи для варіативного модуля «ТУРИЗМ»

Рік вивчення	Навчальні нормативи		Рівні компетентності			
			низький	середній	достатній	високий
1 рік вивчення	В'язання вузлів «простий», «простий провідник»	хл.	1 вузол зав'язаний з помилкою або жодного	1 вузол зав'язаний без помилки	2 вузла зав'язані з помилкою	2 вузла зав'язані без помилки
		дівч.				
	Подолання умовного болота за допомогою купин 9м (8 купин, d 30–40 см) (с)	хл.	більше 11	11	9	7
		дівч.	більше 11	11	10	8
2 рік вивчення	В'язання вузлів «булінь», «академічний»	хл.	1 вузол зав'язаний з помилкою або жодного	1 вузол зав'язаний без помилки	2 вузла зав'язані з помилкою	2 вузла зав'язані без помилки
		дівч.				
	Орієнтування за схемою (кількість пунктів)	хл.	менше 2	2	4	6
		дівч.	менше 2	2	4	6
3 рік вивчення	В'язання вузлів «вісімка», «ткацький»	хл.	1 вузол зав'язаний з помилкою або жодного	1 вузол зав'язаний без помилки	2 вузла зав'язані з помилкою	2 вузла зав'язані без помилки
		дівч.				
	Орієнтування за схемою у заданому напрямку (кількість пунктів)	хл.	менше 2	2	4	6
		дівч.	менше 2	2	4	6
	В'язання самостраховки («петлі Прусика»)	хл.	Не зав'язана самостраховка	В'язання самостраховки з помилками	В'язання самостраховки без помилки (без урахування часу)	20 сек В'язання самостраховки
		дівч.				
			або слабке уявлення про техніку в'язання			без помилки

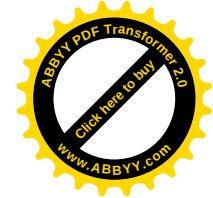
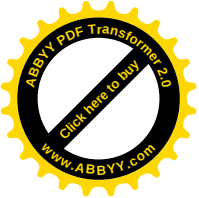
3 рік вивчення	Подолання умовного яру за допомогою маятника (см)	хл.	менше 150	150	250	350
		дівч.	менше 120	120	200	280
4 рік вивчення	В'язання вузлів «зустрічний», «брам шкотовий»	хл.	1 вузол зав'язаний з помилкою або жодного	1 вузол зав'язаний без помилки	2 вузла зав'язані з помилкою	2 вузла зав'язані без помилки
		дівч.				
	Орієнтування по схемі за вибором 10 хв. (кількість пунктів)	хл.	менше 2	2	4	6
		дівч.	менше 2	2	4	6
	10 етапів туристських змагань (на вибір), кількість	хл.	менше 3	3	6	8
		дівч.	менше 2	2	4	6
5 рік вивчення	В'язання туристських вузлів (на вибір), кількість	хл.	менше 3	3	6	8
		дівч.				
	10 етапів туристських змагань (на вибір), кількість	хл.	менше 3	3	6	9
		дівч.	менше 2	2	5	7

13.8. Орієнтовні навчальні нормативи для варіативного модуля «ФУТБОЛ»

Рік вивчення	Навчальні нормативи		Рівні компетентності			
			низький	середній	достатній	високий
1 рік вивчення	6 ударів по нерухомому м'ячу на точність одним із вивчених способів у гандбольні або задану половину футбольних воріт з відстані 7м	хл.	1 або жодного влучного удару	2	3	4–6
		дівч.	жодного влучного удару	1	2	3–6
	6 передач м'яча з місця на точність партнеру одним із вивчених способів з відстані 7м	хл.	1 або жодної правильно виконаної передачі	2	3	4–6
		дівч.	жодної правильно виконаної передачі	1	2	3–6

Рік вивчення	Навчальні нормативи		Рівні компетентності			
			низький	середній	достатній	високий
2 рік вивчення	5 ударів по нерухомому м'ячу на точність одним із вивчених способів у гандбольні або задану половину футбольних воріт з відстані 7м	хл.	1 або жодного влучного удару	2	3	4–5
		дівч.	жодного влучного удару	1	2	3–5
	4 передачі м'яча з місця на точність партнеру одним із вивчених способів з відстані 7м	хл.	1 або жодної правильно виконаної передачі	2	3	4–5
		дівч.	жодної правильно виконаної передачі	1	2	3–5
3 рік вивчення	5 ударів по нерухомому м'ячу на точність одним із вивчених способів у гандбольні або задану половину футбольних воріт з відстані 11м	хл.	1 або жодного влучного удару	2	3	4–6
		дівч.	жодного влучного удару	1	2	3–6
	4 спроби ведення м'яча одним із вивчених способів на швидкості	хл.	1 або жодної правильно виконаної спроби	2	3	4–5
		дівч.	жодної правильно виконаної спроби	1	2	3–5
4 рік вивчення	5 ударів по нерухомому м'ячу на точність одним із вивчених способів у гандбольні	хл.	1 або жодного влучного удару	2	3	4–5
	або задану половину футбольних воріт з відстані 11м	дівч.	жодного влучного удару	1	2	3–5
	5 спроб обведення стійок (фішок)	хл.	1 або жодної правильно виконаної спроби	2	3	4–5
		дівч.	жодної правильно виконаної спроби	1	2	3–5

5 рік вивчення	5 ударів по нерухомому м'ячу на точність одним із вивчених способів у гандбольні або задану половину футбольних воріт з відстані 16,5м (з-за меж штрафного майданчика)	хл.	1 або жодного влучного удару	2	3	4-5
		дівч.	жодного влучного удару	1	2	3-5
	5 ударів на точність одним із вивчених способів у гандбольні або задану половину футбольних воріт з відстані 11м після ведення м'яча	хл.	1 або жодного влучного удару	2	3	4-5
		дівч.	жодного влучного удару	1	2	3-5
	5 ударів по м'ячу серединою лоба на точність у руки партнерові	хл.	1 або жодного правильно виконаного удару	2	3	4-5
		дівч.	жодного правильно виконаного удару	1	2	3-5
	<i>Для воротарів:</i> 5 ударів по м'ячу ногою з рук на дальність і точність з розбігу не більше 4 кроків, не виходячи за межі штрафного майданчика, в умовному коридорі шириною 10м	хл.	1 або жодного правильно виконаного удару	2	3	4-5
		дівч.	жодного правильно виконаного удару	1	2	3-5
	<i>Для воротарів:</i> 5 кидків м'яча на дальність і точність одним із вивчених способів з розбігу не більше 4 кроків, не виходячи за межі штрафного майданчика, в умовному коридорі шириною 3м	хл.	1 або жодного правильно виконаного кидку	2	3	4-5
		дівч.	жодного правильно виконаного кидку	1	2	3-5



XIV. ЗВІТИ

14.1. Звіт студента практиканта про проходження педагогічної практики

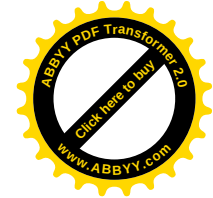
Звіт

студента _____ курсу інституту фізичної культури _____ групи
_____ П.І.П. _____

про проходження педагогічної практики в СШ № _____

в період з _____ по _____ 200 ____ р.

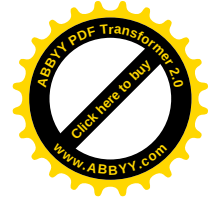
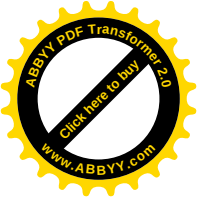
№ n/n	Зміст уроку	Кількість
I. Навчальна, виховна і методична робота		
1.	Переглянуто уроків, які проводились учителем фізичної культури в школі	
2.	Проведено уроків фізичної культури у ролі помічника вчителя	
3.	Проведено уроків фізичної культури самостійно	
4.	Проведено секційних занять	
5.	Складено робочих планів з фізичної культури	
6.	Складено робочих планів для позакласної роботи	
7.	Проведено зустрічей і бесід у прикріпленому класі	
8.	Участь у роботі педрад, батьківських зборів та ін.	
9.	Організовано випусків стінгазет та ін.	
10.	Інші види роботи	
II. Фізкультурно-оздоровча робота		
1.	Організовано та проведено: - змагань з видів спорту; - спортивних вечорів; - днів здоров'я; - культпоходів; - інші види робіт	
2.	Організовано проведення заходів у режимі дня школяра: - організованих перерв; - фізкультурних хвилинок	
3.	Проведено ремонт інвентарю та обладнання.	
4.	Висновки та пропозиції щодо педагогічної практики	
III. Наукова робота		
1.	Проведено педагогічних спостережень	
2.	Проведено педагогічний аналіз уроку	
3.	Тестування рівня фізичного розвитку, фізичної підготовленості і нормативних вимог учнів у прикріпленому класі	
4.	Інші види наукових досліджень	



14.2. Зразок характеристики студента-практиканта

ХАРАКТЕРИСТИКА	
студента-практиканта _____ курсу _____ групи	

(прізвище, ім'я, по батькові)	
який проходив педагогічну практику у школі № _____ міста _____ з " _____ " р. по " _____ " р.	
За період проходження практики студент (ка) _____ (прізвище, ім'я, по батькові) виявив (ла) себе дисциплінованим, організованим і працелюбним студентом. Постійно підвищував (ла) свою ділову кваліфікацію. Уроки фізичної культури проводив (ла) в молодших, середніх і старших класах цікаво і на високому методичному рівні. Брав (ла) активну участь в організації та проведенні шкільних змагань та фізкультурно-оздоровчих заходів. Користувався (лась) повагою серед учнів і педагогічного колективу школи. Виявив (ла) себе кваліфікованим спеціалістом, добре підготовленим як теоретично, так і практично. Студент (ка) _____ обсяг програм практики _____ (прізвище, ім'я, по батькові) виконав повністю і вчасно. Оцінка за педагогічну практику: _____. Директор школи № _____ (прізвище, ім'я, по батькові) Учитель фізичної культури _____ (прізвище, ім'я, по батькові) Класний керівник _____ (прізвище, ім'я, по батькові) Дата " _____ " _____ р. МП. школи	



14.3. Зразок атестаційного листа

з педагогічної практики студента (ки) III курсу _____ групи
інституту фізичної культури

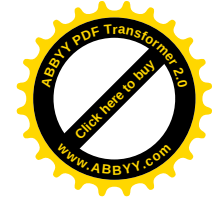
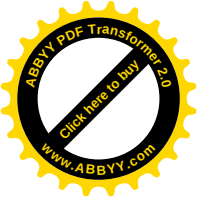
_____,
(прізвище, ім'я, по батькові)

який проходив(ла) практику в школі № _____

(вказати адресу)

з _____ по _____

Методисти	П.І.Б.	Оцінка	Підпис	Примітки
Учитель з фізичної культури				
Класний керівник				
Методист з психології				
Методист з педагогіки				
Методист з фаху				
Характеристика				
<i>Підсумкова оцінка</i>				



14.4. Зразок звіту методиста з фаху з педагогічної практики студентами ЗВІТ

методиста _____ П.І.Б. _____ про проходження
педагогічної практики студентами III курсу в ЗОШ _____ м. Суми

Усього проходило педагогічну практику _____ студентів-практикантів.

I. Навчально-виховна і методична робота

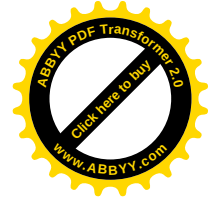
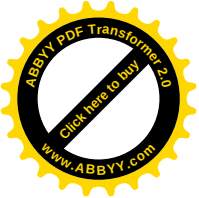
1. Проведено методичних занять у бригаді _____.
2. Переглянуто та обговорено _____ уроків фізичної культури, _____ позакласних занять, які проведені вчителем фізкультури.
3. Загальна кількість уроків, які проведені студентами:
 - у ролі помічника _____;
 - самостійно _____.
4. Проведено фізкультурних заходів у режимі дня школяра _____.
5. Проведено бесід у прикріплених класах _____.

II. Спортивно-масова і фізкультурно-оздоровча робота

1. Організовано змагань з видів спорту _____.
2. Організовано фізкультурно-оздоровчих заходів _____.
3. Організовано спортивних вечорів _____.

III. Науково-дослідницька робота

1. Проведено _____ педагогічних спостережень.
2. Проведено педагогічних аналізів уроків _____.
3. Проведено оцінювання рівня фізичного розвитку _____, фізичної підготовленості згідно орієнтовних і нормативних вимог учнів у прикріпленому класі _____.
4. Інші види наукових досліджень згідно написання курсової, або дипломної роботи _____.



IV. Підсумки неспрактики

1. Підсумкові оцінки студентів за практику.

№ п/п	П.І.Б.	Оцінка за видами роботи					Загальна оцінка
		Характеристика	Уроки ФК	Документи	Виховна робота	Псих.-пед. характеристика	
1.							
2.							
3.							

2. Недоліки підготовки студентів за окремими розділами практики:

- _____
- _____.

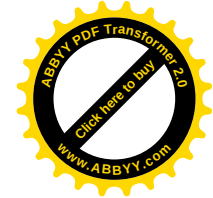
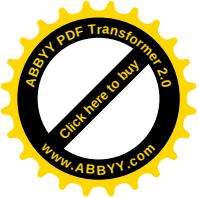
3. Характеристика об'єкта практики: _____

4. Пропозиції до подальшого покращення практики: _____

«___» _____ 200___р.

Методист з фаху

(підпис)



14.5. Зразок звіту відповідального керівника з педагогічної практики студентів

ЗВІТ

відповідального керівника педагогічної практики студентів

I. Організація практики

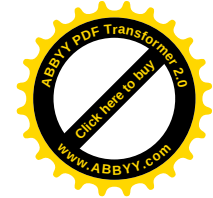
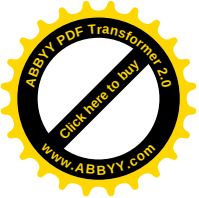
1. Термін проведення практики.
2. Кількість студентів, які допущені до практики, недопущені (вказати причину), які пройшли практику.
3. Розподіл студентів за школами (вказати номери шкіл, кількість студентів у кожній бригаді, прізвища методистів і вчителів).

II. Підготовка студентів до практики

1. Теоретична підготовка: тематика лекцій, які вичитані перед виходом на практику, спецсемінарів.
2. Проведення установчої конференції: учасники, тематика виступів.

III. Зміст роботи студентів у школі. Навчальна робота

1. В яких школах, класах і за якими розділами навчальної програми проводилися уроки практикантами.
2. Якісний аналіз роботи студентів:
 - а) рівень теоретичної та методичної підготовки студентів з предметів: ТМФК, педагогіки, психології та ін.;
 - б) підготовка до проведення уроків (ступінь самостійності в постановці завдань, підборі навчального матеріалу та виборі методів його реалізації: вміння складати конспекти, методично правильно будувати уроки різних типів);
 - в) уміння користуватися методами слова та наочності, командною мовою та спеціальною термінологією;
 - г) уміння обирати раціональні способи взаємовідносин з учнями, методи організації їх навчально-пізнавальної діяльності, підтримувати дисципліну, індивідуально підходити до навчання та виховання учнів.
3. Найбільша та найменша кількість проведених студентами уроків (зазначити прізвища).



Позакласна робота з предмета

1. Кількість та якість проведених студентами різних форм позакласних занять, масових фізкультурно-оздоровчих і спортивних заходів у режимі навчального дня, змагання та ін. (зазначити прізвища кращих студентів і слабких).
2. Оцінка знань і навичок студентів з питань організації суддівства та підготовки місць змагань, а також проведення масових фізкультурно-оздоровчих заходів у режимі навчального дня.

Виховна робота

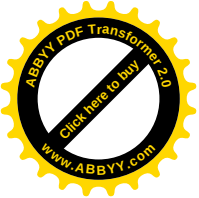
1. Основні напрямки та форми позакласної роботи, яку проводили студенти в період практики.
2. Ступінь підготовки студентів до виконання функцій учителя-вихователя (класного керівника).
3. Труднощі та недоліки у виховній роботі студентів.
4. Ставлення студентів до даного розділу практики.

Навчально-методична робота

1. Якість складання планів, залікової документації з контрольних розділів програми практики, своєчасність і правильність ведення всіх видів документації практикантів.
2. Ставлення і ступінь зацікавленості у вивченні питань змісту та організації роботи громадських учнівських і вчительських організацій загальноосвітньої школи.
3. Уміння проводити психолого-педагогічні спостереження за різними сторонами діяльності вчителів і учнів, аналізувати та оцінювати якість роботи своїх колег (товаришів по бригаді), вивчати, аналізувати та узагальнювати особистий педагогічний досвід інших викладачів з метою вдосконалення своєї професійної підготовки.

IV. Керівництво, контроль і надання організаційно-методичної допомоги практикантам

1. Організація консультацій для студентів (в університеті, школах).
2. Зміст та якість роботи методистів бригад і вчителів шкіл.
3. Відвідування шкіл викладачами факультету з метою оцінки та аналізу роботи практикантів, надання організаційно-методичної допомоги.



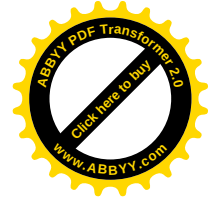
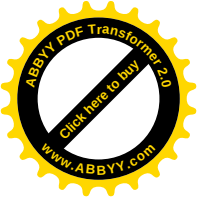
4. Систематичність перевірки ведення практикантами залікової документації.

V. Підсумки педагогічної практики

1. Загальна оцінка підготовки студентів до виконання функцій учителя фізичної культури та вчителя-вихователя.
2. Оцінка за педагогічну практику студентам:
 - а) атестовано студентів _____ (зазначити відсоткове відношення оцінок різних категорій);
 - б) не атестовано _____ (зазначити прізвища та причини);
 - в) виголошено доган _____, подяк _____ (зазначити прізвища студентів).

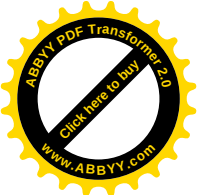
Підпис керівника практики _____

Дата _____

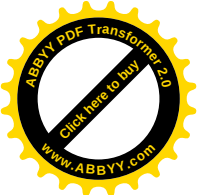


СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

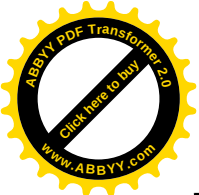
1. Андрощук Н. В. Тематичне оцінювання навчальних досягнень з фізичної культури учнів 5-х класів / Н. В. Андрощук. – Тернопіль: Підручники і посібники, 2001. – 40 с.
2. Ареф'єв В. Г. Фізичне виховання в школі / В. Г. Ареф'єв, В. В. Столітенко. – К.: Вінол, 1997. – 152 с.
3. Базова програма розвитку дитини дошкільного віку «Я у світі» / За ред. О. Л. Кононенко. – «Світич». – К., 2008. – 430 с.
4. Базова навчальна програма «Фізична культура для 1-4 класів». За ред. Т. Ю. Круцевич та ін. – к., Літера, 2008.- 76 с.
5. Васьков Ю. В. Наукові основи аналізу навчально-виховного процесу на уроках фізичної культури / Ю. В. Васьков. — Харків: ОІУВ, 1997. – 80 с.
6. Васьков Ю. В. Уроки фізкультури в загальноосвітній школі. 10-11 класи (102 уроки для кожного класу) / Ю. В. Васьков, І. М. Пашков. – Харків: Торсінг, 2003. – 256 с.
7. Васьков Ю. В. Робочий зошит учителя. 5-11 класи / Ю. В. Васьков, І. М. Пашков. – Харків: Торсінг ПЛЮС, 2005. – 144 с.
8. Васьков Ю. В. Управління фізичним вихованням в загально-освітньому навчальному закладі / Ю. В. Васьков, І. М. Пашков. – Харків, Торсінг ПЛЮС, 2006. – 192 с.
9. Воробйов М. І. Педагогічна практика в системі фізкультурної освіти / М. І. Воробйов, Т. Ю. Круцевич. – К.: Олімпійська література, 2006. – 192 с.
10. Герцик М. С. Вступ до спеціальностей галузі «Фізичне виховання і спорт»: Навчальний посібник / М. С. Герцик, О. М. Вацеба. – Львів: Українські технології, 2002. – 232 с.
11. Дмитренко Г. А. Цільове управління: вимірювання результативності діяльності учнів і педагогів / Г. А. Дмитренко, В. В. Олійник, О. Л. Ануфрієва. – К.: УПКСКО, 1996.
12. Довідник вчителя фізичної культури в запитаннях та відповідях / Упоряд. В. І. Федорчук. – Х.: Веста: Видавництво «Ранок», 2007.–320 с.
13. Заняття фізкультурою та здоров'я: Мет.-пед. моніторинг / За ред. Г. Презлята, А. Шпільчак. – К.: Вид. дім «Шкіл. світ»: Вид. Л. Галіцина, 2006. – 112 с.



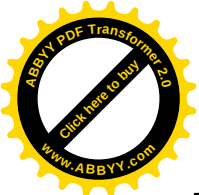
14. Зубалій М.Д. Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України / М. Д. Зубалій. – К., 1997. – 31 с.
15. Ильин Е.П. Психология физического воспитания / Е.П. Ильин: Учебник для институтов и факультетов физической культуры. 2-е изд. испр. и доп. – СПб: Изд-во РГПУ им. Герцена, 2000. – 486 с.
16. Круцевич Т.Ю. Контроль в физическом воспитании детей, подростков и юношей / Т.Ю. Круцевич, В.И. Воробьев. – К.:Тов.Полиграф-Експесс, 2005. – 195 с.
17. Леськів А.Д. Планування програмного матеріалу з предметами «Фізична культура» для учнів 5-9 класів / А.Д. Леськів, Д.М.Левковський, А.Б. Дзюбановський, В.А. Леськів. – Тернопіль: СМП «Астон», 2001. – 195 с.
18. Основи здоров'я і фізична культура. Програма для загальноосвітніх навчальних закладів 1-11 класи. /За ред. М.Д. Зубалія. – К.: «Початкова школа», 2002. – 110 с.
19. Лоза Т.О. Програма з педагогічної практики в загальноосвітніх школах: Методичні рекомендації для студентів III курсу факультетів фізичної культури педагогічних вузів / Т.О. Лоза, Л.І. Прокопова. – Суми: СумДПУ ім. А.С.Макаренка, 2002. – 38 с.
20. Папуша В. Методика фізичного виховання школярів: форми, зміст, організація / В. Папуша. – Тернопіль: Підручники і посібники, 2006. – 192 с.
21. Погадаев Г.И. Настольная книга учителя физической культуры / Г.И. Погадаев.– М.: Физкультура и спорт, 2000.
22. Правила безпеки під час проведення занять з фізичної культури і спорту в загальноосвітніх навчальних закладах / Укл. Васильчук М. В., Медвідь М. К., Сачков Л.С.: Збірник нормативних документів з безпеки життєдіяльності. – К.: Фенікс, 2000. – 122 с.
23. Презлята Г. Заняття фізичною культурою та здоров'ям: Мед.– пед. моніторинг / Г. Презлята, А. Шпільчак. – К.: Вид.дім «Шкіл.світ»: Вид. Л. Галіцина, 2006.– 112 с.
24. Положення про проведення практики студентів Сумського державного педагогічного університету ім. А. С. Макаренка. – Суми, 2007. – 26 с.
25. Сергієнко Л. П. Тестування рухових здібностей школярів / Л. П. Сергієнко.– К.; Олімпійська література, 2001. – 439 с.



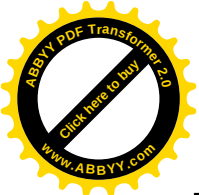
26. Теорія та методика фізичного виховання / Під ред. Т. Ю. Круцевич. – К.: Олімпійська література, 2003. Т. 2.– С. 77-112.
27. Фізична культура. Авторські уроки 5-11 класи. – Харків: Ранок-НТ, 2006. – 288 с.
28. Фізична культура в школі. Методичний посібник / За загальною редакцією С. М. Дятленка. – К.: Літера ЛТД 2009. – 176 с.
29. Фізична культура в школі. Методичний посібник 5-9 класи / За заг. ред. С.М. Дятленка. – К.: Літера ЛТД, 2009. – 176 с.
30. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б. М. Шиян. – Ч.П. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2002. – 247 с.



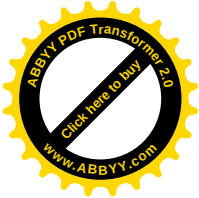
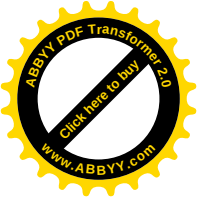
ДЛЯ НОТАТОК



ДЛЯ НОТАТОК



ДЛЯ НОТАТОК



Навчальне видання

Укладачі: Лоза Тетяна Олександрівна

Прокопова Людмила Іванівна

ПРОГРАМА З ПЕДАГОГІЧНОЇ ПРАКТИКИ В ШКОЛІ

Для студентів III (IV) курсу педагогічних університетів
спеціальності «Фізичне виховання»

Суми: Видавництво СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2012 р.
Свідоцтво ДК № 231 від 02.11.2000 р.

Відповідальний за випуск: **А. А. Сбруєва**

Комп'ютерний набір: **Н. М. Лисиця**

Комп'ютерна верстка: **І. Є. Тріфонова**

Здано в набір 10.09.12. Підписано до друку 03.10.12.
Формат 60х84х16. Гарн. Cambria. Друк. ризогр. Папір офсет.
Умовн. друк. арк. 5,3. Обл.-вид. арк. 5,4. Тираж 100. Вид. № 62.

Видавництво СумДПУ імені А. С. Макаренка
40002, м. Суми, вул. Роменська, 87

Виготовлено у видавництві СумДПУ імені А. С. Макаренка