

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ  
УНІВЕРСИТЕТ імені К. Д.УШИНСЬКОГО

Романчук О. П., Фідірко М. О.

Організація та проведення педагогічної практики  
( посібник для магістрантів )

Одеса – 2009

УДК: 370.711 + 613.7

ББК: 74.58

Друкується за ухвалою Вченої ради Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського від 29 жовтня 2009 р. ( протокол № 2 )

Рецензенти:

Ю. О. Перевошиков, доктор біологічних наук, професор кафедри фізичного виховання і спорту ОНЮА

В. М. Свиридов, кандидат технічних наук, завідувач кафедри фізичного виховання і спорту ОНМА

Романчук О. П., Фідірко М. О.

Організація та проведення педагогічної практики: методичний посібник. Одеса, 2009

Методичний посібник для магістрантів підготовлений з метою ознайомлення з програмою педагогічної практики та необхідною звітною документацією, що дозволить отримати якісну підготовку з усіх напрямків фахової діяльності викладача ВНЗ.

Даний методичний посібник буде корисним для магістрантів, аспірантів, стажистів з фізичного виховання і спорту та починаючих фахівців.

## ПЕРЕДМОВА

У Законах України «Про фізичну культуру і спорт» та «Про вищу освіту», Державній програмі розвитку фізичної культури і спорту на 2007-2011 р. та Державних стандартах вищої освіти пріоритетними завданнями державної системи освіти є забезпечення умов для оволодіння системою знань та підготовка молоді до подальшої практичної професійної діяльності, випуск конкурентоспроможних на світовому ринку праці фахівців. Це передбачає виховання у магістрантів під час навчання у вищому навчальному закладі незалежних від викладача практичних навичок пошуку необхідної інформації, формування високої відповідальності за результатами своєї навчальної, наукової та творчої діяльності.

Фахівець із фізичного виховання має бути здатним засвоювати і реалізовувати досягнення світової цивілізації у своїй професійній діяльності, оволодіти сучасною методологією обґрунтування рішень і вибору стратегії діяльності з урахуванням особистісних, суспільних, державних та виробничих інтересів.

Магістрант повинен володіти професійними знаннями в галузі фізичного виховання і спорту, вміти застосовувати ці знання в своїй майбутній діяльності. Професійні знання формуються на базі глибоких знань теоретичних, психолого-педагогічних, медико-біологічних, спеціальних фахових дисциплін із розумінням особливостей розвитку та сучасного стану фізичної культури і спорту в Україні і передбачають постійне накопичення цих знань у процесі практичної діяльності.

Магістрант повинен уміло користуватися усім арсеналом різноманітних методів та методик сучасної педагогіки і психології. Рівень вирішення професійних завдань обумовлюється потребами наукової та освітньої практики, а також його професійною мобільністю та можливістю отримати вищі кваліфікаційні рівні та наукові ступені.

Магістрант повинен мати відповідний рівень загальноосвітньої, етичної, педагогічної культури, володіти чітко сформованим педагогічним

мисленням, а також знаннями з вікової фізіології та фізіології фізичного виховання і спорту, філософії, економічної теорії, історії світової та української культури, інформатики тощо.

Однією з форм організації навчального процесу у ВНЗ, що максимально сприяє розвитку магістранта як особистості та майбутнього фахівця, є практична підготовка до професійної діяльності. Визначення професійно-орієнтованих дисциплін завершується виробничою практикою, що надає магістрантам можливість отримати різнобічну підготовку з усіх напрямів майбутньої фахової діяльності.

Організація та проведення практики магістрантів має здійснюватися відповідно до галузевих стандартів освіти.

У даному методичному посібнику розкрито систему проведення виробничої практики магістрантів ІФК та Р, складеної з таких розділів :

I. Навчально-методична.

II. Тренерська.

III. Науково-дослідна.

На жаль, спеціально розроблених посібників з організації та проведення усіх видів практик магістрантів не вистачає, що утруднює досягнення більш якісних результатів у підготовці майбутніх фахівців.

У пропонованому нами методичному посібнику визначено мету, завдання, організаційні та методичні особливості проведення практики магістрантів. Наведено перелік документації планування та звітності з різних видів практики, а також рекомендації щодо їх складання.

## РОЗДІЛ І.

### Навчально- методична практика у ВНЗ

Навчально - методична практика у вищому навчальному закладі є складовою частиною професійної підготовки магістрантів з фізичного виховання.

У процесі практики магістранти мають оволодіти навичками організації навчального процесу на кафедрі фізичного виховання. Використовуючи індивідуальний підхід до кожного студента, сприяти вихованню у них свідомого ставлення до занять фізичними вправами, вирішувати конкретні завдання навчально-виховного процесу, систематично підвищувати свою кваліфікацію, вміти самостійно працювати у ролі викладача кафедри.

Мета навчально - педагогічної практики – закріплення магістрантами професійних умінь та навичок педагогічної діяльності викладача фізичної культури.

Завдання практики:

1. Сприяти формуванню професійно-педагогічних знань, умінь та навичок, необхідних для майбутньої роботи у вищому навчальному закладі.
2. Набуття навичок організації, планування і проведення навчально-виховної та фізкультурно - оздоровчої роботи зі студентами основної та спец. мед. груп, ведення облікової та звітної документації з фізичного виховання.
3. Сприяти розвитку у магістрантів вмінь та навичок застосування інноваційних методологій у навчально-виховному процесі.

## Зміст роботи практиканта

№ з/п	Розділ та зміст роботи	Термін виконання, тиждень	Форма звіту
-------	------------------------	---------------------------	-------------

### Ознайомлення з об'єктом практики

1 .	Організаційно-методична настановна конференція з педагогічної практики	1 -й	Індивідуальний план
2.	Ознайомлення з історією та традиціями кафедри, ВНЗу	1 -й	Те саме
3.	Знайомство з викладачами кафедри	-й	Те саме
4.	Ознайомлення з документами планування та обліку навчально-виховної роботи з фізичного виховання	1 -й	Те саме
5.	Ознайомлення з матеріально-технічною базою	1 -й	Те саме
6.	Ознайомлення зі складом студентів закріплених груп та рівнем їхнього фізичного розвитку, фізичної підготовленості та стану здоров'я	1 - й	Те саме

### Навчально- методична робота

1.	Відвідування занять фізичного виховання, які проводять викладачі кафедри	1 -й	Індивідуальний план
2.	Проведення занять з фізичного виховання у якості помічника викладача	2 -й	Те саме
3.	Самостійне проведення занять	3 -й	План-конспект
4.	Проведення занять зі студентами спец. мед. групи	3 -й	Індивідуальний план

	під керівництвом викладача		
5.	Самостійне проведення занять зі студентами спец. мед. групи	3 - 4 -й	План-конспект
6.	Проведення педагогічного аналізу заняття	4 -й	Розгорнутий педагогічний аналіз заняття

### Документація навчально-методичної практики.

Під час проходження практики магістрант готує до захисту такі документи:

1. Індивідуальний план роботи практиканта;
2. План –конспект занять;
3. План-конспект занять зі студентами спец. мед. групи;
4. Педагогічний аналіз заняття з фізичного виховання;
5. Звіт про проходження педагогічної практики

#### 1. 1. Індивідуальний план роботи практиканта

Складається з метою систематизації робочого часу , рівномірного розподілу навантаження при складанні навчальної документації, а також для залучення магістранта до участі в роботі за планом кафедри.

Планувати роботу слід на 1-2 тижні вперед за наведеним зразком:

#### Індивідуальний план роботи магістранта ІФКтаР

-----  
( прізвище, ім'я по-батькові)  
під час проходження практики з \_\_\_\_ до \_\_\_\_  
на кафедрі \_\_\_\_\_ (ВНЗ)

Зміст роботи	Термін виконання	Відмітка про виконання
<p>I тиждень (20.03-27.03)</p> <p>1. Участь в настановній конференції.</p> <p>2. Ознайомлення з історією та традиціями кафедри, ВНЗу</p> <p>3. Знайомство з викладачами кафедри</p> <p>4. Ознайомлення з документами планування та обліку навчально-виховної роботи з фізичного виховання</p> <p>5. Ознайомлення з матеріально-технічною базою ВНЗ</p> <p>6. Ознайомлення зі складом студентів закріплених груп</p> <p>7. Відвідування занять з фізичного виховання, які проводять викладачі кафедри</p>	<p>20.03</p> <p>21.03</p> <p>21.03</p> <p>21.03</p> <p>22.03</p> <p>22.03</p> <p>23-24.03</p>	<p>Виконано</p>
<p>II тиждень ( 27.03 -31.03)</p> <p>1. Проведення занять з фізичного виховання у якості помічника викладача</p> <p>2. -----</p>	<p>27- 31.03</p>	

## 1.2. Методичні рекомендації

### щодо конструювання конспекту уроку

Приступаючи до конструювання уроку та написання плану-конспекту необхідно:

1. Визначити тип та задачі заняття.
2. Підібрати засоби та методи організації до окремих частин заняття.
3. Уточнити методи навчання та організацію студентів на занятті.



4. Врахувати відповідність місця проведення заняття санітарно-гігієнічним вимогам.

5. Врахувати умови проведення заняття, обладнання, кількість необхідного дрібного спортивного інвентарю та ін..

Складаючи конспект, слід пам'ятати, що заняття будується відповідно до плану на семестр і повинно бути логічно пов'язане з попереднім та подальшим, мати чіткі, конкретні педагогічні завдання, які здійснюються у межах часу одного заняття.

Конспект заняття записується за наступною схемою:

План - конспект  
заняття з фізичного виховання  
для студентів \_\_\_\_\_

Тема: \_\_\_\_\_

**ЗАВДАННЯ:**

1. Освітнє \_\_\_\_\_

2. Оздоровче \_\_\_\_\_

3. Виховне \_\_\_\_\_

Обладнання заняття: \_\_\_\_\_

Зміст заняття	Дозування	Організаційно-методичні вказівки
Підготовча частина		
Основна частина		
Заклучна частина		

### 1. 3. Методичні рекомендації щодо проведення занять у спеціальних медичних групах

Заняття з лікувальної гімнастики ( ЛГ ) є основною формою організації занять у спец. медгрупах у вищому навчальному закладі.

Заняття з ЛГ у ВНЗ можуть проводитися малогруповим і груповим методами. Для закріплення лікувального ефекту використовуються самостійні заняття за завданням.

Малогрупові заняття проводяться зі студентами, що мають однотипні Хронічні захворювання, однак вимагають більш диференційованого застосування фізичних вправ ( чисельність груп складає 6-8 осіб).

Групові заняття (15-20 осіб) проводяться зі студентами, що мають захворювання окремих систем ( наприклад, серцево-судинної, дихальної або травної), та близькі за функціональними можливостями і адаптаційними здібностями.

Самостійні заняття (за завданням) складаються в основному з декількох добре вивчених спеціальних вправ, які виконуються багато разів протягом дня і є допоміжною формою лікувальної фізкультури.

Заняття з лікувальної гімнастики складається з трьох частин:

1. Підготовча - (15-25% часу всієї процедури). Завдання - поступово підготувати організм хворого до майбутнього навантаження в основній частині процедури.

Зміст - загально розвиваючі вправи для дрібних і середніх м'язово-суглобових груп з поступово зростаючим навантаженням.

2. Основна - (50-70% часу всієї процедури).

Завдання - надати безпосередню дію на патологічно змінений орган, систему.

Зміст - спеціальні вправи, відповідні даній фазі захворювання, на тлі загально розвиваючих вправ для середніх і великих м'язово-суглобових груп.

3. Завершальна (15-25% часу всієї процедури).

Завдання - поступово привести організм хворого відносно спокійний стан.

Зміст – загально розвиваючі вправи для середніх і дрібних м'язово-суглобових груп, відволікаючого і заспокійливого характеру, з поступовим зниженням навантаження.

У заняттях із студентами спецмедгруп застосовують загально розвиваючі вправи типу ранкової гігієнічної гімнастики, дихальні, на розслаблення, а також спеціально спрямовані фізичні вправи (залежно від захворювання). Фізичне навантаження при виконанні вправ дозується:

- а) вибором вихідного положення (в.п.);
- б) тривалістю виконання вправи;
- в) кількістю повторень кожної вправи;
- г) складністю і темпом рухів;
- д) співвідношенням загально розвиваючих і дихальних вправ, а також на розслаблення;
- е) емоційністю виконання;
- ж) щільністю навантаження в занятті.

Загально розвиваючі вправи (15 - 18 вправ) виконують в підготовчій і основній частинах заняття протягом 20 - 30 хвилин. Ці вправи спрямовані на розвиток основних груп м'язів. Кожну вправу повторюють 6 - 8 разів в першому півріччі і 8 - 10 разів в другому, темп виконання повільний і середній.

Вправи гігієнічної гімнастики, прості за своєю суттю, мають місце головним чином, в підготовчій частині заняття - 12 - 15 вправ виконують 18 - 20 хвилин з метою активізації всіх процесів в організмі і якнайшвидшого входження його в робочий стан. Вони проводяться по наступній схемі:

1. Рухи з потягуванням і прогинанням в грудному відділі хребта у поєднанні з глибоким диханням.

2. Рух з включенням в роботу м'язів плечового поясу і рук.

3. Вправи для м'язів тулуба (повороти або нахили).
4. Вправа для м'язів нижніх кінцівок.
5. Вправа для м'язів тулуба (повороти, нахили і обертання важчі, ніж раніше).
6. Вправи для м'язів живота.
7. Вправи для різних груп м'язів.
8. Вправи на розслаблення.
9. Дихальні вправи.

Далі наводимо зразкові рекомендації щодо спеціальних фізичних вправ при захворюванні органів дихання (хронічний бронхіт, хронічні неспецифічні захворювання легенів, бронхіальна астма).

ЗМР: 1 - дихальні вправи виконувати при максимально можливій амплітуді рухів; 2 - при тренуванні дихального циклу постійно подовжувати видих; 3 - широко використовувати діафрагмальний рух.

Показання: ранкова і гігієнічна гімнастика, прогулянки, спортивні вправи, що помірено підсилюють функцію дихального апарату (спортивні ігри, плавання, лижі, велосипед і ін.).

Протипоказання: вправи, що викликають затримку дихання; натуження; тривале статичне напруження.

#### 1.4. Педагогічний аналіз заняття

Для опанування вміння аналізувати проведення заняття фізичної культури необхідно виконати обсяг роботи у такій послідовності:

1. Проаналізувати конспект заняття.
2. Проаналізувати діяльність практиканта ( викладача).

Аналізуючи заняття користуються схемою, яка повинна забезпечити можливість послідовного та всебічного його розбору. При цьому потрібно пам'ятати, що сурове дотримання пропонованої схеми не обов'язкове. Проте, проведення аналізу без застосування схеми часто приводить до неправильної, поверхневої оцінки.

### Зразкова схема аналізу заняття з фізичної культури.

#### Аналіз підготовки вчителя (якість змісту конспекту)

- а) постановка задач заняття (їх реальність, відповідність віку, рівню підготовленості та правильність їх формулювання);
- б) відповідність засобів використовуваних на занятті, вирішенню поставлених задач;
- в) правильність вибору методів навчання, виховання та організації учнів під час занять;
- г) доцільність розподілу часу за частинами заняття та на проведення вправ;
- д) дозування навантаження;
- е) наявність методичних вказівок, що сприяють попередженню можливих помилок при виконанні завдань.

#### Спостереження за заняттям

##### А). Початок заняття

- своєчасність та організованість;
- чіткість та доступність пояснення задач;
- здійснення контролю за відвідуваністю студентами.

##### Б). Хід заняття

###### *а). Підготовча частина.*

Відповідність підбору вправ вирішенню задач заняття та руховим діям, які розучуються в основній частині. Якість показу та пояснення вправ

викладачем. Своєчасність зауважень при помилках. Контроль за утриманням постави та диханням. Відповідність навантаження підготовленості студентів та його диференціація згідно статті. Відповідність тривалості частин заняття зазначеній у конспекті

*б). Основна частина.*

Якість пояснення та показу розучуваних вправ, термінологічна грамотність. Результативність використовуваних методів навчання (у цілому, по частинах, комбінованого), використання колового та змагального методів, а також завдань для самостійної роботи студентів на занятті. Відповідність навантаження фізичним можливостям студентів. Контроль за появою зовнішніх ознак стомлення. Освітнє, оздоровче та виховне значення занять. Відповідність тривалості частин заняття зазначеній у конспекті

*в). Заключна частина.*

Доцільність та результативність вправ заспокійливого характеру. Якість аналізу роботи студентів на занятті та вказівки щодо усунення типових помилок, які допускались у ході занять. Відповідність тривалості зазначеній у конспекті.

Наявність завдань для самостійної та домашньої роботи й стимулювання інтересу студентів до наступного заняття.

**В). Діяльність студентів на занятті**

Інтерес до занять, ставлення до викладача. Активність, фізична підготовленість. Засвоєння матеріалу, який вивчається, наявність спортивної форми, знання та дотримання правил ТБ.

Володіння прийомами самоконтролю за ЧСС.

**Г). Діяльність викладача**

Зовнішній вигляд, охайність, постава, вимогливість, емоційність.. Мова. Правильність команд та розпоряджень. Авторитет у студентів.

Здійснення індивідуального підходу до студентів. Об'єктивність у виставленні оцінок. Рівень методичної грамотності, володіння прийомами страховки та якість показу вправ.

#### Д). Висновки та пропозиції

Роблячи висновки потрібно зупинитися на виконанні поставлених задач та ефективності вибраних прийомів і методів навчання.

Підсумувати позитивні сторони та недоліки у роботі викладача, дати конкретні, практичні рекомендації з підвищення якості заняття.

Усвідомлене сприйняття студентом позитивних та негативних сторін заняття при його аналізі або самоаналізі забезпечує підвищення якості подальших занять, попереджає повторення допущених раніше помилок.

Аналіз заняття повинен включати наступні данні:

\* Загальні свідомості про групу:

- характеристика групи;
- кількість осіб у групі ( з них чоловіки і жінки);
- кількість звільнених від занять у групі ( із вказанням чинників).

\* Характеристика заняття:

- найменування заняття;
- основні завдання, мета;
- час початку, закінчення, тривалість;
- моторна щільність заняття у відсотках;
- гігієнічні і матеріально-технічні умови заняття;
- співвідношення тривалості окремих частин заняття за даними хронометражу.

Хронометраж заняття здійснюється з метою контролю за умінням викладача раціонально використовувати час.

Уміння методично правильно дозувати час на різні види діяльності на занятті гарантує якість його проведення, підвищує загальну і моторну щільність.

Під загальною щільністю (ЗЩ) розуміють відсоток педагогічно виправданого (корисного) часу заняття. Він містить:

1. Пояснення і зауваження викладача, показ вправ.
2. Виконання вправ.

3. Допоміжні дії (переходи, перешикування, розподіл на команди, роздача і прибирання інвентарю і т.п.).
4. Запланований пасивний відпочинок, очікування черги.

Моторна щільність (МЩ) – це відсоток часу, витрачений на виконання вправ.

Час, який з вини викладача витрачається не раціонально, називається простій.

Підраховувати витрату часу на вказані вище види діяльності викладача на занятті слід виконувати за допомогою секундоміра..

Перевіряючий включає секундомір по дзвінку на заняття і зупиняє його по дзвінку закінчення заняття. Вимірювання ведеться за стрілкою секундоміра, що біжить. Час закінчення кожного із змінюючи один одного видів діяльності, заноситься в протокол спостережень, що дозволяє після заняття точно визначити витрату часу за видами діяльності.

Загальна (ЗЩ) з і моторна щільність (МЩ) заняття обчислюється у % відношенні до загальної тривалості заняття із урахуванням педагогічно виправданого часу та часу витраченого на виконання вправ.

Наприклад, тривалість заняття складає 90 хв., педагогічно виправданий час – 89 хв., час витрачений на виконання вправ – 81 хв.30 сек. У цьому випадку:

$$ЗЩ = \frac{\text{педагогічно виправданий час (89')}}{\text{тривалість заняття (90')}} \times 100\% = 97,7\%$$

з  
з

$$МЩ = \frac{\text{час виконання вправ (81'30'')}}{\text{тривалість заняття (90')}} \times 100\% = 69, \%$$



З урахуванням вимірювань ЧСС на початку заняття, наприкінці підготовчої частини заняття, на піку навантаження, наприкінці основної частини заняття, наприкінці заключної частини та через 3 хвилини після закінчення, будується графічне зображення реакції організму на фізичне навантаження ( фізіологічна крива).

Для визначення впливу окремих вправ на організм вимірювання можна проводити до та після їх виконання, що додатково буде відображатись на фізіологічній кривій.

Характеризуючи вплив навантажень на студентів необхідно відзначити:

- стан на початку уроку ( бадьорий, млявий, працездатний тощо);
- у процесі заняття ( поведження, настрої, відношення до роботи, координація рухів, дихання, задишка, колір шкірних покривів, хода, вираження обличчя);
- технічні показники, організація і методика проведення заняття ( техніка виконання вправ – гарна, задовільна, погана; технічні показники – високі, середні, низькі; недоліки в побудові й організації заняття);
- ступінь стомлення до кінця заняття ( за зовнішніми ознаками);\*
- оцінка виконання поставлених задач.

В цілому кратність проведення медико-педагогічних спостережень за заняттями регламентована Наказом Міністерства охорони здоров'я України та Міністерства освіти і науки України ( 20.07.09, № 518/674). \*\*

\* Дивись у додатку.

**Звіт**  
**про проходження педагогічної практики магістранта**

---

(П.І.П.)  
**ІФКР ПНПУ ім. К.Д.Ушинського,**  
який проходив практику в \_\_\_\_\_ м. Одеси

***I. Навчальна робота***

Провів заняття з фізичного виховання в \_\_\_\_\_ групі (\_\_\_\_\_) з них 2 контрольних (задачі, оцінка методиста)

1. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

***II. Тренерська робота***

Провів тренувальне заняття з \_\_\_\_\_ (оцінка, підпис методиста)

1. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

***III. Науково-дослідна робота***

1. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Якість виконання звітної документації (оцінка, недоліки, підпис методиста)**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Загальна характеристика рівня підготовки магістранта**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Рекомендації з усунення недоліків, що мають місце в роботі магістранта**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Загальна оцінка з педагогічної практики** \_\_\_\_\_

**Завідуючий кафедрою** \_\_\_\_\_ **Викладач-методист** \_\_\_\_\_

**Керівник практикою** \_\_\_\_\_

**М.П.**

## РОЗДІЛ II.

### Тренерська практика.

Відповідно до Положення про проведення практики студентів вищих навчальних закладів України, затвердженого наказом Міністерства освіти України від 8 квітня 1993 р., тренерська практика є невід'ємною складовою завершального етапу підготовки студентів у вищих закладах освіти з фізичного виховання і спорту до майбутньої практичної діяльності.

Головна мета і зміст практики полягають в опануванні студентами сучасних методів і форм організації роботи тренера з виду спорту, формуванні на основі отриманих знань навичок і умінь, необхідних для здійснення професійної діяльності, прийняття самостійних рішень, виховання навички систематичного оновлення своїх знань та творчого використання їх у практичній діяльності.

Поставлена мета досягається шляхом:

- ознайомлення магістрантів зі структурою і змістом роботи спортклубів, що є об'єктами практики;
- формування стійких навичок з організації, планування та проведення навчально-тренувального процесу, а також контролю за його ефективністю
- створення цілісного уявлення про зміст і характер тренерської діяльності (суддівська та представницька).

Після проходження тренерської практики магістранти повинні:

**знати:**

- основні положення сучасної теорії та методики підготовки спортсменів;
- мету, завдання, принципи, засоби, методи тренування з обраного виду спорту
- суть та зміст підготовки до змагань з урахуванням закономірностей періодизації спортивного тренування;

- організацію та проведення змагань з обраного виду спорту.

Магістранти, після проходження практики, також повинні **уміти**:

- ефективно використовувати основні положення загальної теорії та методики підготовки спортсменів;

- здійснювати навчально-виховний процес в обраному виді спорту, з урахуванням вимог сучасних науково-методичних концепцій програмування, контроль та управління процесом підготовки спортсменів;

- організовувати та проводити змагання з обраного виду спорту, виконувати функції судді та представника команди, дотримуватись правил техніки безпеки, страхування, експлуатації спортивного інвентарю та спортивних споруд.

#### Завдання практики:

Сприяти формуванню основних професійно-педагогічних умінь та навичок, необхідних для майбутньої роботи тренера з обраного виду спорту шляхом:

- вивчення структури та змісту роботи тренера;
- отримання уяви про зміст та характер тренерської діяльності;
- формування навичок організації та проведення змагальної діяльності.

#### Зміст роботи практиканта

№ з/п	Розділ та зміст роботи	Документація для вивчення
1.	<u>Ознайомлення з об'єктом практики</u> Ознайомлення з діяльністю об'єкта практики	Статут організації
2.	Ознайомлення з організацією тренувального процесу	Розклад тренувальних занять
3.	Ознайомлення зі станом матеріально-	Нормативні документи

	технічного та методичного забезпечення тренувального процесу	
	<u>Організація навчально-тренувального процесу</u>	
1.	Вивчення контингенту студентів-спортсменів	Журнали обліку роботи
2.	Ознайомлення з розкладом проведення тренувальних занять	Розклад занять
3.	Підготовка місць для проведення занять, спортивного інвентарю, обладнання	Інструкції з техніки безпеки
	<u>Навчально-спортивна робота</u>	
1.	Визначення мети та завдань тренувального процесу і виховної роботи	Програми з видів спорту
2.	Ознайомлення зі складанням планів тренувального процесу	Плани тренувальних занять
3.	Проведення тренувальних занять	План-конспект тренувального заняття *
	<u>Проведення змагань</u>	
1.	Участь в організації і проведенні спортивних змагань. Участь у роботі суддівської колегії як представника команди. Подача заявок, перезаявок, протесту. Підготовка звіту про участь у змаганнях.	Суддівська документація ( заявка, перезаявка, картки учасників та ін.)
2.	Участь у проведенні спортивних змагань як члена суддівської колегії. Виконання функцій головного судді, головного секретаря.	Правила змагань з видів спорту. Положення про змагання *. Протоколи змагання. Звіти суддівської колегії.

\* Зразок документу наводиться за текстом

Перелік документів,

що подаються до захисту практики

1. Індивідуальний план роботи практиканта.
2. План-конспект тренувального заняття.
3. Положення про змагання.
4. Заявка на участь у змаганнях.

Індивідуальний план роботи практиканта  
( зразок )

№ з/п	Зміст роботи	Термін виконання	Відмітка про виконання
1.	Організаційна робота	25.03	Виконано
2.	Ознайомлення з умовами проведення практики	27.03	
3.	Проведення тренувальних занять	28.03	
4.	Суддівство змагань і представництво	2.04	
5.			

2.2. План - конспект тренувального заняття ( зразок)

№ \_\_\_\_\_ з \_\_\_\_\_  
(вид спорту)

Для \_\_\_\_\_  
( контингент)

Місце проведення \_\_\_\_\_

Час проведення \_\_\_\_\_

Завдання:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

Інвентар та обладнання \_\_\_\_\_

## Структура плану-конспекту тренувального заняття

№ з/п	Зміст заняття	Дозування	Орг. метод. вказівки
1. 2. ...	1. Підготовча частина		
1. 2. ...	2. Основна частина		
1. 2.	3. Заключна частина		

## Схема складання Положення про змагання

-----  
Назва змагання, вид спорту

1. Мета та завдання.
2. Місце і термін проведення.
3. Керівництво змаганням
4. Учасники змагання.
5. Програма змагань.
6. Порядок і умови визначення переможців ( система заліку).
7. Нагородження.
8. Термін та умови подання заявок.

## РОЗДІЛ III.

### Науково-дослідна практика

Значне місце в процесі підготовки магістрантів відведено науково-дослідницькій роботі.

Під час практики магістранти повинні не лише набувати та закріплювати необхідні теоретичні знання, уміння та навички, а також мати змогу оцінювати рівень своєї готовності до самостійної роботи як науковця.

Мета науково-дослідної практики – закріплення теоретичних знань зі спеціальних дисциплін та формування фахових умінь і навичок, необхідних для поглиблення науково-дослідної підготовки.

Завдання практики:

1. Систематизувати, закріпити та розширити теоретичні знання.
2. Сформувати практичні уміння та навички планування наукових досліджень, збору та аналізу емпіричного матеріалу за темою магістерської роботи.

Науково-дослідницька практика передбачає проведення самостійної науково-дослідної роботи у сфері фізичного виховання. Практиканти відповідно до обраної теми магістерської роботи повинні розробити власну програму досліджень та провести обстеження студентів вищих навчальних закладів.

За матеріалами проведених досліджень магістранти готують тези доповідей для участі у науковій конференції.

Документація науково-дослідної практики.

Під час проходження практики магістрант готує до захисту такі документи:

1. Карта обстеження студентів ВНЗу;
2. Тези доповіді.



## Карта обстеження

### 3.2. Схема, за якою необхідно скласти тези доповіді.

Наукові тези - це короткий виклад ( в межах 2-3 сторінок друкованого тексту) основних проведених досліджень, який має включати наступні елементи:

- актуальність дослідження ( до 1 абзацу);
- завдання та мету дослідження;
- об'єкт та предмет дослідження;
- огляд використаних методів організації дослідження;
- короткий виклад результатів дослідження;
- основні висновки ( 1-2);
- список використаних літературних джерел ( до 5 ).

З урахуванням виконання передбаченого даною програмою обсягу роботи під час педагогічної практики, магістрант має можливість найбільш повно оволодіти арсеналом різноманітних методів та методик, використовуваних у фізичному вихованні, що дозволить отримати різнобічну підготовку з усіх напрямків фахової діяльності викладача фізичного виховання у вищих навчальних закладах України.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту. – Київ: Держкомспорт, 2004. – 16 с.
2. Цільова комплексна програма « Фізичне виховання – здоров'я нації» від 28.10.98 р.
3. Наказ Міністерства охорони здоров'я України та Міністерства освіти і науки України “ Про забезпечення медико-педагогічного контролю за фізичним вихованням учнів у загальноосвітніх навчальних закладах» 20.07.09 №518/674
4. Воробйов М.І., Круцевич Т.Ю. Практика в системі фізичної освіти. – НУФВСУ «Олімпійська література», 2006. – 191 с.
5. Шиян Б.М., Папуша В.Г. Теорія фізичного виховання. – Львів: ЛОНМІД, 2000. – 184 с.
6. Фидирко М.А., Терентьев В.И. Педагогическая практика в школе: метод. рекомендації. – Одесса, 2006. – 68 с.
7. Положение о проведении тренерской практики студентов-выпускников университета. – Киев : УГУФВС, 1994. – 24 с.
8. Методичні рекомендації з циклу « Спортивна медицина» ( лікарсько-педагогічні спостереження). – Шеремет Б.Г., Жарков В.Г., Романчук О.П., Начінова О.В. – Одеса, 2004. – 16 с.
9. Романчук О.П., Мунтян І.С. Організація занять в спецмедгрупах з основами ЛФК: методичний посібник. - Одеса, 2006. – 42 с.

**СХЕМА**  
**візуального визначення втоми учнів**  
**під час фізичного навантаження**

Об'єкти спостереження	Ознаки втоми
Колір шкіри обличчя	значне почервоніння
Міміка	вираз обличчя напружений
Пітливість	виразна у верхній половині тіла
Дихання	сильно прискорене, уривчасте дихання через рот
Руки	хитання, нетвердий крок
Самопочуття	скарги на втому, біль у м'язах, серцебиття задуху, шум у вухах, запаморочення
Увага	помилки при виконанні команд, нечітке їх виконання

## ОРІЄНТОВНА КРАТНІСТЬ

проведення спеціалістами медико-педагогічного спостереження за уроками фізичного виховання у 1-12-х класах загальноосвітнього навчального закладу

Посада контролюючого	Мінімальна кількість разів			Мета перевірки
	на місяць	протягом семестру	протягом навчального року	
Директор школи*	1	2-3		адміністративне інспектування
Заступник директора з навчально-виховної роботи*	1	2-3		методичне інспектування
Заступник директора з виховної роботи*	1	4	8	оздоров.-вихов. робота
Класні керівники**	1	4	8	відвідування учнями уроків, дисципліно- ваність успішність учнів
Медичний	1	3	6	МПК*** за змістом

персонал**				і методами
				проведення
				уроків
				фізичної
				культури,
				за
				відповідністю
				фізичного
				навантаження
				функціональним
				можливостям
				учнів

---

Питання щодо ефективності організації шкільного фізичного виховання розглядається на педагогічній раді 2 рази на рік.

---

\* Для одного потоку класів.

\*\* Для кожного класу.

\*\*\* МПК — медико-педагогічний контроль.