

ОТЧЕТ ПРАКТИКИ
ПО ПОЛУЧЕНИЮ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ УМЕНИЙ И ОПЫТА
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Вид практики Производственная

Направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование

Профиль Физическая культура/Безопасность жизнедеятельности

Курс Б-БЖФ 5

Студента Богословского А.А.

Название организации ГБПОУ «Северо-Осетинский педагогический колледж»

Руководитель практики

от института

должность ФИО _____

подпись

Руководитель практики

от предприятия

должность ФИО _____

подпись

МП

Владикавказ 2022

Введение

Сроки прохождения производственной практики: 19.09 по 15.10.2022 г.

С целями и задачами практики мы ознакомились на установочной конференции, проводившейся [REDACTED]. Конференцию проводили групповой руководитель практики от кафедры ФК и С – Мяшин Г.Ю. , методист по практике [REDACTED].

Цель практики:

- Формирование у студентов профессиональных педагогических умений и навыков самостоятельного ведения учебно-воспитательной работы как основы будущей профессиональной деятельности.

Задачи практики:

- Формирование и совершенствование основных профессионально-педагогических умений и навыков в практической деятельности учителя ФК и ОБЖ:
- Углубить и закрепить теоретические знания и научиться применять их в учебно-воспитательной работе с учащимися;
- Развивать и активизировать у будущих учителей педагогически направленные личностные качества и профессиональную культуру;
- Ознакомиться с методами и приемами педагогической деятельности учителя ФК и ОБЖ, проанализировать их и взять их за основу собственной педагогической деятельности;
- Способствовать развитию творческого мышления у будущих учителей, формированию индивидуального стиля профессиональной деятельности и исследовательского подхода к ней;
- Сформировать умение применять дифференцированный и индивидуальный подход к учащимся;
- Развивать потребность в педагогическом самообразовании и самосовершенствовании;
- Формировать мотивацию и интерес к предстоящей профессиональной деятельности учителя ФК и ОБЖ, специальную терминологию физкультурно-спортивной отрасли.

Место прохождения практики

ГБПОУ «Северо-Осетинский педагогический колледж» (СОПК)

Основными целями деятельности образовательного учреждения являются:

Основной целью деятельности Колледжа является осуществление образовательной деятельности по образовательным программам среднего профессионального образования для подготовки педагогических кадров с возможностью реализации программ профессионального обучения, дополнительных профессиональных программ, а также дополнительных общеобразовательных программ, основных общеобразовательных программ. Учредителем Колледжа является Министерство образования и науки Республики Северная Осетия – Алания.

Задачами деятельности колледжа являются:

- оптимизация и совершенствование структуры и качества учебно-производственной работы;
- обеспечение эффективного взаимодействия колледжа и работодателей в вопросах контроля качества подготовки выпускников и содействие их трудоустройству и адаптации;
- укрепление учебно-материальной базы и создание условий для подготовки высококвалифицированных специалистов.

Краткая характеристика деятельности ОУ:

Северо-Осетинском педагогическом колледже реализуется обучение по следующим направлениям подготовки:

44.02.01 Дошкольное образование

44.02.02 Преподавание в начальных классах

53.02.01 Музыкальное образование

Помимо учебной деятельности студенты будут заниматься в секциях дополнительного образования, включаться в волонтерское движение. В образовательном процессе будут активно использоваться технологии WorldSkills. Планируется реализация сетевой модели подготовки специалистов. В ближайшее время будут заключены договоры с образовательными организациями не только республики, но и других регионов.

План работы студента на практике

В период прохождения педагогической практики необходимо было выполнить следующие задания:

1. Составление индивидуального календарного плана прохождения педагогической практики.
2. Проведение наблюдения за использованием учителем методов обучения на различных этапах организации учебно-познавательной деятельности учащихся.
3. Подготовка и проведение пробных уроков по ФК и БЖ.
4. Подготовка и проведение внеклассных занятий по ФК и БЖ.

Отчет о педагогической практике

1. Ф.И.О. студента: Богословский Артем Александрович
2. Институт: СОГПИ Курс: 5 группа: Б-БЖФ5
3. Наименование учебного учреждения: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Северо-Осетинский педагогический колледж»
4. Адрес учебного учреждения РСО-Алания, г.Владикавказ, ул.Карла Маркса 36
5. Контактные телефоны: +7 (8672) 29-15-15
6. Сроки прохождения практики: с 19.09.2022 г. по 15.10.2022 г.
7. Ф.И.О. директора: Вареница Анжелика Валерьевна
8. Ф.И.О. зам. Директора: Покладова Виктория Александровна
9. Ф.И.О. преподавателя по ФК: Мяшин Герман Юрьевич
10. Общая информация об ОУ: Северо-Осетинский педагогический колледж был создан на основании постановления Правительства Республики Северная Осетия – Алания №143 от 27 мая 2021 года.
11. Уроки ФК проведены по разделам программы: Волейбол
12. Уроки БЖ проведены по разделам программы: Пожары
13. Личные впечатления от практики: Все супер
14. Трудности, испытываемые в ходе практики: не возникло

Календарный план прохождения производственной практики

№	Дата или неделя практики	Группа	Содержание задания	Отметка о выполнении
1.	16.09.2022	-----	Знакомство с методическими материалами практики (установочная конференция)	Выполнил
2.	19.09.2022	-----	Изучение работы по физическому воспитанию учащихся в ходе бесед с директором, заместителем директора по организации учебно-воспитательной работы, руководителем методического объединения учителей физической культуры.	Выполнил
3.	20.09.2022	К-А1/1	Проведение урока по фк.	Выполнил
4.	21.09.2022	К-Д1/4 К-Д1/2	Изучение документов планирования и учета учебного процесса по физическому воспитанию. Проведение урока по фк.	Выполнил
5.	22.09.2022	К-А1/4 К-А2/2	теоретическое занятия в соответствии с учебным планом. Проведение урока по фк.	Выполнил
6.	23.09.2022	К-А2/1 К-А1/3	педагогический анализ урока с оценкой плана-конспекта урока. Проведение урока по фк и обж	Выполнил
7.	26.09.2022	К-Д2/2 К-Д2/1	Составление план-конспекта урока по ФК. Проведение урока по фк.	Выполнил
8.	27.09.2022	К-А1/1	Составление план-конспекта урока по ОБЖ. Физкультурно-оздоровительное или спортивно-массовое мероприятие	Выполнил
9.	28.09.2022	К-Д1/4 К-Д1/2	Составление план-конспекта урока по ФК. Проведение урока по фк.	Выполнил
10.	29.09.2022	К-А1/4 К-А2/2	Составление план-конспекта урока по ОБЖ Проведение урока по фк и обж	Выполнил
11.	30.09.2022	К-А2/1 К-А1/3	педагогический анализ урока с оценкой плана-конспекта урока.	Выполнил
12.	03.10.2022	К-Д2/2 К-Д2/1	Проведение урока по фк и обж	Выполнил
13.	04.10.2022	К-А1/1	Проведение урока по фк.	Выполнил
14.	05.10.2022	К-Д1/4 К-Д1/2	педагогический анализ урока с оценкой плана-конспекта урока.	Выполнил
15.	06.10.2022	К-А1/4 К-А2/2	Проведение хронометрирования урока	Выполнил
16.	07.10.2022	К-А2/1 К-А1/3	педагогический анализ урока с оценкой плана-конспекта урока.	Выполнил
17.	10.10.2022	К-Д1/2 К-Д2/1	Проведение пульсометрии	Выполнил
18.	12.10.2022	К-Д1/4 К-Д1/2	педагогический анализ урока с оценкой плана-конспекта урока.	Выполнил
19.	14.10.2022	К-А2/1 К-А1/3	педагогический анализ урока с оценкой плана-конспекта урока.	Выполнил
20.	15.10.2022	К-Д2/2 К-Д2/1	Проведение урока по обж. Заключение практики	Выполнил

Педагогический анализ физкультурного занятия

Общие рекомендации:

1. Занятие построено в соответствии с задачами на данный период, основными физиологическими принципами и уровнем подготовленности детей.

2. Учитель использовал разнообразные методические приёмы и способы организации детей для выполнения упражнений с целью увеличения их двигательной активности (фронтальный, поточный, групповой). Чёткость, краткость речи учителя.

3. Прослеживалась последовательность при обучении детей движениям, подбор и сочетание нового материала с повторением и закреплением усвоенного, распределение физической нагрузки на детский организм на протяжении всего занятия. Многократное повторение упражнений.

4. Развитие у детей физических и нравственно-волевых качеств личности. Привлечения детей к оценке, самооценке, самостоятельный выбор детьми способ выполнения действий. Использование на занятии сравнений, анализа, вопросов, создание поисковых заданий.

5. Эффективное использование разнообразного спортивного инвентаря, музыкального сопровождения, повышающих эмоциональное состояние и активность детей при выполнении упражнений.

6. Активизация мыслительной деятельности детей осуществлялась с помощью названий упражнений и проговаривания действий, использования специальных упражнений на ориентировку в пространстве,

7. Нравственное и трудовое воспитание детей осуществлялось через использование ситуаций, возникающих в ходе занятия (где дети проявляли смелость, находчивость, оказывали помощь товарищу, проявляли выдержку и честность). Привлечены дети были в расстановке оборудования

8. В качестве эстетического воспитания можно отметить: внешний вид детей, учителя, воспитателя. Эстетика оборудования, использование музыкального сопровождения.

Примерная схема психолого-педагогической характеристики учащегося

Общие данные.

Фамилия, имя. Дата рождения. Класс. Родители. Условия жизни в семье.

Учебная деятельность.

Успеваемость (преобладающие оценки, одинаково или неодинаково успевает по всем предметам).

Общее умственное развитие: кругозор, начитанность.

Степень сформированное интереса к чтению, предпочтительные читательские интересы (что читает).

Интерес к занятиям и отношение к учению (с интересом или без интереса учится, к каким учебным предметам проявляет интерес, отношение к отметке, отношение к похвале или порицанию учителей и родителей, основной мотив учебной деятельности).

Умение учиться (соблюдение режима дня, организованность, умение самостоятельно работать с книгой, заучивать материал).

Дисциплинированность.

Общая характеристика поведения (спокоен, сдержан, подвижен, непоседлив и т.д.).

Выполнение школьного режима (соблюдает или нарушает намеренно, по небрежности, не успевает уложиться в отведенное время).

Выполнение требования взрослых (выполняет охотно или по принуждению, часто ли отказывается выполнять требования и какие).

Отношение к труду.

Отношение к труду (уважает ли труд или относится к нему пренебрежительно, любит ли трудиться, что именно привлекает в процессе труда: процесс или результат работы, приобретенные трудовые навыки). Предпочтительные виды труда.

Направленность личности ученика и специальные способности.

Интересы учащегося, их глубина и направленность. Особые способности к какой-либо деятельности и способы их проявления.

Профессиональная направленность и степень ее сформированности.

Взаимоотношения с коллективом и отношение к школе.

Положение в коллективе (пользуется ли любовью и авторитетом среди одноклассников).

Отношение к одноклассникам (с кем дружит, на чем основывается дружба, дорожит ли мнением одноклассников, бывают ли конфликты, в чем их причина).

Доволен ли своим положением в классе и какое положение хотел бы занять.

Дорожит ли своим пребыванием в школе, что особенно ценит?

Отношение к учителям.

Особенности характера и темперамента.

Черты направленности личности: чуткость, доброта, скромность, зазнайство, добросовестность, эгоизм и т.д.

Волевые черты характера: настойчивость, самостоятельность, упрямство, легкая внушаемость.

Выражение особенностей темперамента в эмоциональной сфере, работоспособности, подвижности, общительности и т.д.

<p>- и.п. ноги врозь, руки на поясе наклоны вперед.</p> <p>1 - двумя руками к левой ноге 2 - меж. ног. 3 - к правой ноге 4 - и.п.</p>	8-10 раз	коленки прижать
<p>- и.п. ноги врозь, руки на поясе вращение тазом</p> <p>1-4 - влево 5-8 - вправо</p>	8-10 раз	средняя скорость
<p>- и.п. присев на правую ногу левая выставляется в сторону Пятос центра тяжести под стей.</p>	8-10 раз	следить за осанкой
<p>- и.п. ноги врозь, руки за головой</p> <p>приседания</p>	20 раз	следить за осанкой
<p>- и.п. ноги вместе прыжки на месте на носочки</p>	30 раз.	
<p>- Дотянитесь к ушам</p>	20 см	

Основная часть. (≈ 45 мин)

<p>① Обучение технике передачи мяча двумя руками сверху:</p> <ul style="list-style-type: none"> - в парах (передатчик - приемник) - 2 над собой, 3-я напарнику - 1 над собой, 2-я напарнику - в одно касание на пол-во без касания мячом пола. - в тройках. 	15 мин.	<p>Обратить внимание на стойку, а также положение рук для передачи.</p> <p>Руки в мячевой суставе разгибаются полностью, пальцы и штыри, как можно дальше соприкасаются с мячом</p>
<p>② Обучение передаче мяча снизу.</p> <ul style="list-style-type: none"> - в парах (передатчик - приемник) - 2 над собой, 3-я снизу - 1 над собой, 2-я снизу - в одно касание на пол-во 	15 мин.	<p>Руки собраны в замок, ступни подбивать мяч по диагонали вверх.</p>
<p>③ Удержание мяча передачами друг-другу произвольными способами (сверху, снизу) через сетку.</p>	15 мин.	<p>Использовать изученные элементы передачи мяча.</p>

План-конспект занятия ДЭ по ФК в группе:

Тема урока: Волейбол. Совершенствование техники передачи мяча двумя руками

- Задачи урока:
- ① Совершенствовать технику передачи мяча сверху и снизу
 - ② Совершенствовать технику подачи сверху
 - ③ Улучшить координационные способности

Место проведения: спортивный зал.

Инвентарь: волейбольные мячи

Время проведения: 80 мин.

Содержание урока	Дозировка	Методические указания.
Вводно-подготовительная часть. (≈ 25 мин)		
Построение; Сообщение задач урока.	3 мин	Обратить внимание на внешний вид. Отметить присутствующих. Инструктаж по тех. без-ти.
ОРД в движении: Ходьба вокруг зала: - на носках (руки на поясе) - на пятках (руки на затылке) - на внеш. стороне стопы - на внутр. стороне стопы. - в полуприсяде	10 мин.	Следить за осанкой
Бег: - равномерный по кругу - с захлестом голени - с высоким подниманием бедра - прыжковым шагом	7 мин	Соблюдать дистанцию. Слушать команды
ОРУ на месте: И.П. ноги врозь, руки на поясе - круговые движения головой 1-4 в одну, 5-8 в другую	6-8 раз.	Внимательно на сред. скорости без резких движений
И.П. ноги врозь, руки в стороны - круговые движения руками 1-4 в одну, 5-8 в другую.	8-10 раз.	
И.П. ноги врозь, руки на поясе - наклоны вперед руками руками под себя.	8-10 раз	колени вперед.

- вращение тазов: 1-4 в одну; 5-8 в другую	8-10 раз	Сред. скорость
И.П. присев на правую ногу, левая в сторону, руки перед собой. - Перенос центра тяжести под стая.	8-10 раз	Смена приема!
И.П. ноги врозь, руки заголовкой Приседания (самостоятельно)	20 раз	
И.П. ноги вместе, руки перед собой - прыжки на месте на носочках	30 раз	
Доклад. упр.-я.	20 сек.	

Основная часть (≈ 50 мин).

① Совершенствование передачи сверху двумя руками - передача мяча в парах - 2 над собой, 3-я парителю - 1 над собой, 2-я парителю - передача в одно касание - одна передача кохойная, 2-я дужная - передача мяча в тройках	15 мин.	Внимание на стойку и положение рук. Не отрываться от мяча при приеме мяча.
② Совершенствование передачи снизу: - в парах (передача-примем) - 2 над собой, 3-я парителю - 1 над собой, 2-я парителю - в одно касание	10 мин.	Следить за положением рук. не отрываться взмах от мяча
③ Совершенствование передачи сверху через сетку с приемом мяча парителю	10 мин.	траектория - по диагонали вверх.
④ Игровая игра.	15 мин.	Слушать подсказки команд.

Защитительная часть

Построение; подведение итогов. D13 Сбор спортив. инвентаря	5 мин.	Указать на ошибки при выполнении тех. приемов. Отдельные указания.
--	--------	---

Конспекты зачетных уроков по физической культуре и безопасности жизнедеятельности

План-конспект урока по ОБЖ №3

Тема урока: Пожары в жилых и общественных зданиях, их причины и последствия

Цель урока. Дать учащимся представление о значении огня в жизнедеятельности человека, о причинах возникновения пожаров и их возможных последствиях для безопасности человека. Сформировать у учащихся убеждение в необходимости знать правила пожарной безопасности и соблюдать их в повседневной жизни.

Группа: К-А1/1

Учитель: Шапка С.Н.

Изучаемые вопросы

1. Значение огня в жизнедеятельности человека.
2. Пожары в жилом секторе и их последствия.
3. Основные причины возникновения пожаров в жилом секторе.

Изложение учебного материала

1. Используя материалы курса истории, обсудить с учащимися значение огня в жизнедеятельности человека на разных этапах развития общества.
2. Особенность пожаров в жилом секторе, а также в общественных местах (в местах массового скопления людей)
3. Наиболее распространенные причины пожаров в быту

Контрольные вопросы

1. В чем значение огня в жизни человека?
2. Где наиболее часто возникают пожары? Объясните почему.
3. Перечислите основные причины возникновения пожаров в повседневной жизни.
4. Приведите примеры возникновения пожара из-за неосторожного обращения с огнем.
5. Какие неисправности электропроводки могут привести к пожару?

Домашнее задание

1. Изучите § 1.5 учебника.
2. Приведите известные вам примеры возникновения пожара по причине человеческого фактора, случившиеся за последние годы в районе вашего проживания.

План-конспект урока по ОБЖ №4

Тема урока: Загрязнение окружающей природной среды и здоровья человека

Цель урока. Сформировать у учащихся убеждение в необходимости сохранения окружающей природной среды и формирования у каждого человека культуры в области экологической безопасности.

Группа: К-А1/1

Учитель: Шапка С.Н.

Изучаемые вопросы

1. Влияние жизнедеятельности человека на загрязнение окружающей среды.
2. Загрязнение атмосферы, почв и природных вод в результате жизнедеятельности человека.
3. Влияние последствий от загрязнения окружающей природной среды на здоровье человека.

Изложение учебного материала:

1. Отметить, что человек издавна рассматривал окружающую среду в основном как источник ресурсов.
2. Отметить, что к основным источникам загрязнения атмосферы относятся предприятия топливно-энергетического комплекса, транспорт, промышленные предприятия..
3. Рассмотреть особенности загрязнения почв и водной среды.
4. Подчеркнуть, что загрязнение атмосферы, почв и воды приводит к нарушениям существующих в природе циклов обмена веществ и энергии. процессам и в конечном итоге к невозможности существования человека на Земле.
5. В заключение отметить, что для человека естественно желание иметь здоровую, продолжительную, комфортную жизнь, а также возможность реализации своих интеллектуальных, эстетических, культурных и других потребностей.

Контрольные вопросы

1. Как влияет жизнедеятельность человека на окружающую природную среду?
2. Какие факторы определяют экологическую обстановку в районе вашего проживания?
3. Как влияет загрязнение атмосферы, почв и природных вод на здоровье человека?
4. Почему так остро в настоящее время встал вопрос о защите окружающей природной среды?
5. Какие качества человека характеризуют его общий уровень культуры в области экологической безопасности?

Домашнее задание

1. Изучите § 2.1 учебника.
2. Составьте перечень промышленных объектов, которые расположены в районе вашего проживания, и оцените их влияние на экологическую обстановку в районе. Свои наблюдения и выводы запишите в дневник безопасности.

Конспекты зачетных уроков по внеклассной работе
Разработка спортивного мероприятия «Веселые старты» для 1 курса

Цель: популяризация физической культуры, массового спорта и активного отдыха детей.

Задачи:

Образовательные:

Формирование у учащихся привычек здорового образа жизни и выработка у них правильных двигательных действий в процессе физического воспитания.

Воспитательные:

Воспитывать чувство коллективизма взаимопомощи, самодисциплины, воли внимания.

Оздоровительные:

Укрепление здоровья, развитие физических качеств у подрастающего поколения, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся.

Тип мероприятия:

Для проведения мероприятия использовались различные методы и приемы обучения: словесный, наглядный, метод создания проблемных ситуаций, способствующий развитию индивидуальных возможностей учащихся. Игровая форма работы, совместная деятельность учителя и учащихся.

Спортивный инвентарь: обручи, клюшки, теннисный мяч, фишки, ромашки, воздушные шары.

Место проведения: спортивный зал

Время проведения: 60 мин

Участники праздника: В спортивном мероприятии принимают участие обучающиеся СОГПК 1 курса, Команды из 6 человек. (3 мальчика, 3 девочки)

Судейская коллегия: Преподаватели физической культуры, обучающиеся.

Судейство:

I место – 1 очко

II место – 2 очка

III место – 3 очка и т.д.

Итоговые места команд определяются по наименьшей сумме очков, набранных за участие во всех играх и эстафетах программы.

Ход мероприятия.

Содержание

Разминка : ОРУ

1-й конкурс «Дружба»

Удерживая лбами большой надувной мяч и взявшись за руки, 2 участника команды бегут до стойки и обратно. У линии старта передают эстафету следующей паре игроков.

2-й конкурс «Тяни-толкай»

Игроки встают по парам спиной друг к другу, сцепив руки замком, бегут до ориентира и обратно, передавая эстафету следующей паре. Жюри подводит итоги.

3-й конкурс «Перекасти поле»

Бежать спиной вперёд и с помощью обруча катить мяч до стойки и обратно.

4-й конкурс «Сквозь игольное ушко».

По сигналу первый участник добегают до средней линии, где на полу лежит обруч, продевает обруч через себя (как нитку сквозь игольное ушко). Оставляет обруч на линии, обегает поворот, на обратном пути продевает через себя обруч и передает эстафету касанием руки второму участнику и т.д. .

5-й конкурс «Хоккеисты».

Первый участник с помощью клюшки ведет теннисный мяч, по пути обводит три набивных мяча, у поворотной стойки забивает «шайбу» в ворота (перевернутый барьер), обегает поворот, бегом возвращается назад, передает клюшку второму. Второй участник обегает поворот, вынимает клюшкой «шайбу» из «ворот» и ведет ее назад, по пути обыгрывая трех «защитников» (набивные мячи на линии движения).

6-й конкурс «Кто быстрее».

Команды подходят к стартовой линии, по команде ведущего задача участника добежать до фишки, оббежать ее, вернуться обратно и передать эстафету касанием руки. Побеждает та команда, которая первой завершит этот конкурс.

7-й конкурс «Носильщики»

Каждый получает по 3 больших мяча. Их надо донести до конечного пункта и вернуться назад. Удерживать в руках 3 мяча очень трудно, а упавший мяч поднять без посторонней помощи также нелегко. Поэтому передвигаться носильщикам приходится медленно и осторожно (дистанция не должна быть слишком большой). Выигрывает та команда, которая быстрее справится с заданием. Жюри подводит итоги.

Подведение итогов:

Конкурсные задания выявили все лучшие качества участников команд. Все оказались ловкими, смелыми, находчивыми веселыми.

Всем спасибо, до свидания!

Список использованных источников

1. Пиявский С.А. Деятельность преподавателя при новых формах организации образовательного процесса в инновационном вузе [Электронный ресурс]: монография/ Пиявский С.А., Савельева Г.П. — Электрон. текстовые данные.— Самара: Самарский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2013.— 188 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/20461>.— ЭБС «IPRbooks».
2. Алёхина Г.П. Дневник педагогической практики [Электронный ресурс]: методические указания/ Алёхина Г.П.— Электрон. текстовые данные.— Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2003.— 34 с.— Режим доступа: <http://w>
3. Подласый И. П. Педагогика [Текст] : учебник : в 2 т. Т. 2. Практическая педагогика / И. П. Подласый. - М. :Юрайт, 2013. - 799 с.). - ISBN 978-5-9916-2273-8. (50 экз) www.iprbookshop.ru/50068. — ЭБС «IPRbooks
4. Муравьев В.А., Созинова Н.А. Техника безопасности на уроках физической культуры. - М.: СпортАкадемПресс, 2001. - 96 с.
5. Абаскалова Н. П. Абаскалова Н. П., Теория и методика обучения безопасности жизнедеятельности. Новосибирск: Сиб. Унив. Изд-во, 2008. — 135 с.
6. Айзман Р.И. Практикум по курсу «Безопасность жизнедеятельности»: Учебное пособие для вузов / Р.И. Айзман и др. - Новосибирск: Сибирское университетское изд-во, 2003.
7. Байбородова Л.В., Индюков Ю.В. Методика обучения основам безопасности жизнедеятельности.: Метод. пособие. М.: Гуманит. ИЦ ВЛАДОС, 2003. 272 с.
8. Безопасность жизнедеятельности: Сб. Нормативных документов по подготовке учащейся молодежи в области защиты от чрезвычайных ситуаций. — М.: Изд-во ДиК, М.: Изд-во АСТ ЛТД 1998. - 704 с.

ДНЕВНИК ПРАКТИКИ
ПО ПОЛУЧЕНИЮ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ УМЕНИЙ И ОПЫТА
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Вид практики Производственная

Направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование,

Профиль Физическая культура/Безопасность жизнедеятельности

Курс Б-БЖФ 5

Студента Богословского Артема Александровича

15. Название организации: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Северо-Осетинский педагогический колледж»

Руководитель практики

от института

должность ФИО _____

подпись

Руководитель практики

от предприятия

должность ФИО _____

подпись

МП

Владикавказ 2022

Индивидуальные задания на практику:

1. Ознакомиться с учебным заведением (школой, гимназией, лицеем).
2. Изучить работу по физическому воспитанию учащихся в ходе бесед с директором, заместителем директора по организации учебно--воспитательной работы, руководителем методического объединения учителей физической культуры.
3. Изучить документы планирования и учета учебного процесса по физическому воспитанию.
4. Ознакомиться со структурой, системой руководства, внутренним распорядком, расписанием учебных занятий и учебным планом ОУ (школы, гимназии, лица).
5. Изучить систему руководства физическим воспитанием и по предмету ОБЖ учащихся, структуру и содержание работы (по разделам). Ознакомиться с составом преподавателей, с обязанностями лиц, отвечающих за отдельные разделы и участки работы, с функциями учителя физической культуры и БЖ.
6. Изучить контингент занимающихся (пол, возраст), состояние здоровья, уровень физической подготовленности.
7. Разработать на основе учебной программы планы-конспекты проведенных уроков физической культуры и безопасности жизнедеятельности.
8. **Самостоятельно провести по 7-8 уроков (из них по 3 зачетных) физической культуры и безопасности жизнедеятельности в прикрепленном классе.**
9. Самостоятельно провести по 1 уроку с учащимися специальной медицинской группы.
10. Принимать участие в выставлении отметок учащимся.
11. Проводить теоретические занятия в соответствии с учебным планом (лекцию, беседу, инструктаж).
12. Совместно с руководителем практики в учебном заведении систематически вести учет работы в учебном журнале.
13. Организовать и провести физкультурно-оздоровительное или спортивно-массовое мероприятие (туристское мероприятие, соревнование по упрощенной программе и др.).
14. **Выполнить анализ урока методом педагогического наблюдения (по схеме) - 1 урок** с оценкой плана-конспекта урока, методики проведения частей урока и реализации поставленных задач. Сформулировать выводы и предложения по совершенствованию урока.
15. **Провести анализ уроков физической культуры:**
 - а) методом хронометрирования (определение времени, затраченного на выполнение различных видов учебной деятельности учителя и учащихся на уроке физической культуры, и на этой основе определение и оценка его плотности, общей и моторной) - **1 урок**;
 - б) методом пульсометрии (выявление характера соответствия физической нагрузки на уроке возрасту и индивидуальным особенностям отдельных учащихся, а также содержанию и условиям проведения урока) - **1 урок**.

Согласовано:

Руководитель практики от Института _____ / _____ / Ф.И.О.

Руководитель практики от организации должность _____ / _____ / Ф.И.О

**Протокол
обсуждения урока физической культуры, проведенного
учителем (студентом-практикантом)
Мамукаевым М.Р.**

Образование: высшее профессиональное, среднее профессиональное, общее среднее (нужное подчеркнуть).

Урок проводился в группе К-А2/1 30.09.2022 ОУ: СОГПК

Педагогическое наблюдение осуществляли: Богословский А.А.; Габараев Р.С.

При обсуждении урока присутствовали Мяшин.Г.Ю – преподаватель ФК и С

Слушали: обсуждение урока: Богословский А.А.; Габараев Р.С.; Мамукаев М.Р.

Выступили:

1. Богословский А.А – студент БЖФ 5 курса:
 - Воспитание на уроке:
 - a. Внешний вид студентки-практикантки на уроке подчеркивает ее аккуратность. Поведение - спокойное, сдержанное. В речи студентки-практикантки нет излишней громкости, терминология правильная.
 - b. В обращении с учениками студентка-практикантка корректна, вежлива, умеренно шутлива. Оптимальная степень требовательности к учащимся.
 - c. Дисциплина на уроке не всегда хорошая, но Маврина Е.Е старается её поддерживать и корректировать за счет точных команд и сознательности учащихся. Дисциплинирующие упражнения, поощрения и наказания были целесообразны и своевременны.

2. Габараев Р.С – студент БЖФ 5 курса
 - Обучение на уроке
 - a. В процессе урока используемые средства физического воспитания соответствовали возрасту занимающихся, их подготовленности.
 - b. Объяснение упражнений было кратким, четким и ясным, терминология - правильной. В процессе урока было использовано несколько подводящих упражнений. Учитель ещё раз напомнил ученикам особенности техники бросков мяча в кольцо и ведения мяча с изменением направления, а также правила техники безопасности при выполнении данных упражнений.
 - c. Из методов практических упражнений использовался целостный и расчленённый.
 - d. Исправление ошибок было как общим, т.е. обращалось внимание на типичные ошибки класса, так и индивидуальным - учитель исправлял ошибки у каждого занимающегося отдельно, что обеспечивало контроль качества выполнения отдельных упражнений.
 - e. К недостаткам обучения на уроке следует отнести отсутствие учета индивидуальных особенностей детей, отнесенных по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе (не уменьшалась дозировка упражнений, нагрузка не регулировалась за счет увеличения пауз отдыха и т.д.).

Выводы по обсуждению урока.

1. Задачи, поставленные на уроке, решались в рациональной последовательности и были выполнены полностью. Общая плотность урока составила (визуально) 90-95 %, моторная – 62,3 %, что соответствует методической норме. Правильно применяемые средства физического воспитания, дозировка упражнений обусловили оздоровительную направленность урока.
2. Положительными моментами в работе Мамукаева М.Р. на уроке были: хорошая подготовленность к уроку, подготовка подробного конспекта, мест занятий; правильная организация урока на всем его протяжении; умение управлять классом, своевременно корректировать поведение учащихся на уроке; умение правильно излагать учебный материал, знание терминологии, культура общения, корректность, вежливость, аккуратность.
3. Недостатками в проведении учителем урока являются: одинаковое домашнее задание для всех детей, без учета индивидуальных особенностей детей, отнесенных по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе.
4. В целом учащиеся относились к уроку с интересом, проявляли активность.

Общая оценка проведенного урока - «отлично».

Протокол составил _____
Подпись

Богословский А.А.

**Протокол
хронометрирования урока физической культуры**

Учитель: Мамукаев М.Р. (практикант)

Дата 06.10.2022

Время занятия : 80 мин

Группа: К-А1/4

Задачи урока:

1. Обучение технике подачи с короткой дистанции; с линии.
2. развитие скоростных способностей
3. воспитание трудолюбия и активности

Содержание урока	Время окончания упражнения	Выполнение упражнения	Слушание и наблюдение	Действия по орг.	Отдых и ожидание	Просто и
Вводно-подготовительная часть.						
Построение	30"	-----	-----	30"	30"	-----
Сообщение задач урока	45"	-----	15"	-----	-----	-----
Строевые упражнения	1'15"	2'00"	30"	-----	-----	-----
Ходьба	1'30"	2'00"	15"	-----	-----	-----
Бег и его разновидности	2'30"	5'00"	1'20"	-----	-----	-----
Ходьба	2'00"	1'00"	15"	-----	-----	-----
Перестроение для ОРУ	3'00"	1'00"	-----	30"	30"	-----
ОРУ на месте	13'00"	10'00"	40"	-----	-----	-----
Основная часть						
Подготовка мест занятий	16'05"	3'00"	-----	55"	2'05"	-----
Объяснение задания	18'20"	2'15"	1'45"	-----	-----	30"
Выполнение подачи с короткой дистанции; с линии по команде учителя	34'40"	15'00"	-----	1'40"	-----	-----
Перестроение для игры	40'00"	5'20"	2'35"	-----	2'45"	-----
Двусторонняя игра	75'00"	25'00"	-----	-----	5'00"	-----
Перестроение для заключительной части	76'45"	1'45"	-----	45"	-----	1'00"
Заключительная часть						
Построение, заключение, указания на	78'45"	-----	2'00"	-----	-----	-----

ошибки						
Уход класса из зала	80'00"	-----	-----	-----	-----	-----
Итого:	80'00"	73'10"	20'40"	3'20"	10'55"	1'30"

ОП = $77'15":80' \times 100 = 96\%$

МП = $73'10":80' \times 100 = 91.3\%$

Протокол
учета пульсовых данных (ЧСС) на уроке физической культуры
в группе: К-Д1/2СОГПК

Дата проведения 10.10.2022

Наблюдаемый (ая) ученик(ца) [REDACTED]

Пульсометрию проводил: Богословский.А.А.

Виды деятельности на уроке	Время окончания деятельности, мин	ЧСС за 10 с, уд	ЧСС, уд/мин
Вводная часть урока			
Приход учеников в спортивный зал	1,00	15	75
Построение класса, Рапорт и т.д.	3,00	14	75
Ходьба	6,00	16	80
Бег «Змейкой» с низкой интенсивностью	7,30	25	150
Передвижение приставным шагом в беге	9,00	25	150
Бег со средней интенсивностью	14,00	27	162
Бег с высокой интенсивностью	16,00	30	180
Прыжки с двух ног из низкого приседа –	21,00	30	180
Ходьба на пуках – «Тачка»	25,00	28	168
Подтягивание на низкой перекладине	30,00	24	144
Основная часть урока			
Преодоление горизонтального препятствия	35,00	25	150
Построение перед игрой	45,00	20	120
Передача мяча в кольцо (игра)	50,00	22	132
Эстафета в беге с мячом	60,00	121	126
Передача мяча в парах (на месте)	70,00	121	126
Игра в одно кольцо	75,00	23	138
Заключительная часть урока			
Построение	76,00	20	120
Подведение итогов урока	78,00	18	108

Выводы: высокий уровень частоты сердечных сокращений говорит о достаточно высокой плотности урока, т.е. на протяжении урока наблюдается высокая двигательная активность.

Пульсметрия



