

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Тольяттинский государственный университет»

Институт физической культуры и спорта  
*(Наименование института)*  
Кафедра «Адаптивная физическая культура, спорт и туризм»  
*(Наименование кафедры)*

**ОТЧЕТ**

**Производственная практика (педагогическая практика)**  
*(Наименование практики)*

ОБУЧАЮЩЕГОСЯ \_\_\_\_\_  
*(И.О. Фамилия)*

НАПРАВЛЕНИЕ  
ПОДГОТОВКИ \_\_\_\_\_

ГРУППА \_\_\_\_\_

РУКОВОДИТЕЛЬ  
ПРАКТИКИ ОТ УНИВЕРСИТЕТА \_\_\_\_\_  
*(фамилия, имя, отчество, должность)*

Руководитель практики от организации:  
(предприятия, учреждения, сообщества)

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
*(фамилия, имя, отчество, должность)*

Тольятти 20 \_\_\_\_

## График проведения практики

<b>№</b>	<b>Этап прохождения практики (наименование)</b>	<b>Период (номер недели практики)</b>
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Тольяттинский государственный университет»

Институт физической культуры и спорта  
(наименование института полностью)  
Кафедра «Адаптивная физическая культура, спорт и туризм»  
(наименование кафедры полностью)

**АКТ о прохождении практики**  
данным актом подтверждается, что

ОБУЧАЮЩИЙСЯ \_\_\_\_\_

(И.О. Фамилия)

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ

\_\_\_\_\_

ГРУППА \_\_\_\_\_

Проходил производственную практику (педагогическая практика)

В \_\_\_\_\_

(полное название организации)

в период с \_\_\_\_\_ по \_\_\_\_\_

Руководитель практики от организации  
(предприятия, учреждения, сообщества):

\_\_\_\_\_

(Фамилия Имя Отчество, должность)

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ОЦЕНКА \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

(дата)

\_\_\_\_\_

(подпись)

М.П.

**Содержание практики**

## Основные разделы (этапы) практики:

### Разделы (этапы) практики

1. Организационно-ознакомительная работа.
2. Методическая работа.
3. Учебная работа.
4. Воспитательная работа.
5. Внеклассная физкультурно-массовая работа.

**\* В отчёте прописываете раздел и раскрываете все нижеперечисленные пункты по каждому разделу. Оригинальность отчёта по практике должна быть 70%. Акт прикрепляете в pdf формате с печатью, подписью и рекомендуемой оценкой руководителя организации, на базе которой проходили практику и заключали договор прохождения практики.**

### Рекомендации по оформлению отчета по производственной практике (педагогическая практика)

#### Организационно-ознакомительная работа

1. Заслушать сообщение директора образовательного учреждения или представителя администрации учреждения.
2. Ознакомиться с основными направлениями работы учреждения, ее традициями, правилами внутреннего распорядка, правами детей, учащихся (занимающихся) и предъявляемыми к ним требованиями.
3. Ознакомиться с базой учреждения: административные и учебные кабинеты, спортивный зал и спортивная площадка, оборудование и инвентарь.
4. Заслушать сообщение врача базы практики о состоянии здоровья и физического развития детей, учащихся (занимающихся).
5. Ознакомиться с медицинским кабинетом в учреждении и особенностями проведения медицинского контроля учащихся (занимающихся).
6. Заслушать сообщение учителя физической культуры или адаптивной физической культуры (тренера по виду спорта, инструктора) и ознакомиться с особенностями организации педагогического и учебно-тренировочного процесса в учреждении.
7. Изучить материально-техническую базу и условия занятий в образовательных учреждениях (детском саду, школе, ВУЗе, ДЮСШ и т.п.)
8. Ознакомиться с инструктажем по технике безопасности при проведении учебных и учебно-тренировочных занятий во время прохождения учебной практики.
9. Изучить документы планирования и учета педагогического и учебно-тренировочного процесса в образовательных учреждениях (детском саду, школе, ВУЗе, ДЮСШ и т.п.)

10. Разработать индивидуальный план работы студента во время практики.

11. Составить личное расписание присутствия на уроках по ФК и (или) учебно-тренировочных занятиях у учителей, тренеров, инструкторов и др., а также спортивных секциях и других мероприятиях.

## **2. Методическая работа**

1. Разработать не менее 5 планов-конспектов уроков (тренировок) для одной из возрастной группы детей, учащихся, молодёжи. Оформить не менее 5 планов-конспектов в отчёте практики.

2. Составить план проведения занятий. Оформить в отчёте практики.

3. Провести регистрацию ЧСС в течение занятия и или урока и учебно-тренировочного занятия у одной из возрастной категории детей.

4. Построить график изменения ЧСС в течение занятия и или урока и учебно-тренировочного занятия у одной из возрастной категории детей.

5. Оформить в отчете по учебной практике протокол регистрации ЧСС у занимающихся и письменный анализ нагрузки, выполненный в ходе занятия и или урока и учебно-тренировочного занятия у одной из возрастной категории детей.

## **3. Учебная работа**

1. Провести не менее 10 занятий в неделю и или уроков (учебно-тренировочных занятий) с детьми, учащимися, молодёжью разного возраста (можно основную часть занятия). В отчёте оформить анализ занятия (письменный педагогический анализ проведения занятия) в отчете по практике.

2. Провести комплекс общеразвивающих упражнений (8-10 упражнений) для детей, учащихся, молодёжи разной возрастной группы (зависит от того, с каким контингентом работает практикант), соблюдая принцип оздоровительной направленности. Оформить в отчёте практики.

3. Провести хронометраж тренировочного занятия (обучение двигательным действиям или воспитание физических качеств). Рассчитать общую и моторную плотность занятия. Оформить протокол хронометража занятия.

## **4. Воспитательная работа**

1. Ознакомиться с содержанием и организацией внеклассной воспитательной работы в школе (учебно-тренировочной группы).

2. Изучить план воспитательной работы прикрепленного класса (учебно-тренировочной группы).

3. Изучить информацию о коллективе занимающихся детей прикрепленного класса (учебно-тренировочной группы).

4. В беседах с классным руководителем (тренером, инструктором), при проведении уроков (тренировок) по физической культуре и спорту собрать

информацию об одном из занимающихся, необходимую для разработки психолого-педагогической характеристики.

5. Разработать психолого-педагогическую характеристику на ученика, позволяющую выбрать пути укрепления положительных черт личности и преодоления недостатков. Оформить в отчёте практики.

6. Разработать психолого-педагогическую характеристику на коллектив учеников (занимающихся) прикрепленного класса (группы). Оформить в отчёте практики.

7. Разработать план мероприятия (беседы, классного часа и др.) по пропаганде физической культуры, вида спорта, здорового образа жизни на нравственные, эстетические или другие темы, имеющие воспитательное значение. Оформить в отчёте практики.

## **5. Внеклассная физкультурно-массовая работа**

1. Принять участие в организации и проведении 1-2 спортивно-массовых мероприятий (спортивные соревнования, спортивный праздник и т.д.).

2. Разработать положение о соревновании по виду спорта. Расписать положение о соревнованиях в отчёте.

### **Методические указания по выполнению заданий практики**

1) Составление еженедельного экрана работы студента на практике на весь период её прохождения.

### 1. Экран еженедельного учёта работы.

Дата	Подготовка к урокам (кол-во конспектов)	Проведение занятий (кол-во проведённых занятий)	УИРС	Секционная работа	Спортивно-массовая работа	Оформление документации	Оценка за неделю, подпись
1	2	3	4	5	6	7	8
<i>I</i> неделя с _____ по _____							
<i>II</i> неделя с _____ по _____							

#### Примечание:

1) в графе 4 (УИРС – учебно-исследовательская работа студента) указываются мероприятия исследовательского характера (Например: психолого-педагогические наблюдения за учащимися; педагогические наблюдения по анализу урока; определение плотности урока путём хронометрирования; проведение пульсометрии; определение уровня здоровья, физического развития, физической подготовленности учащихся; мероприятие по гигиенической оценке спортивного зала и урока физической культуры в школе, и т.п.);

2) в графе 5 записывается вид секционной работы в которой студенты принимают непосредственное участие в качестве тренера (например: футбол, волейбол, баскетбол и т.п.);

3) в графе 6 описываются как предварительные (подготовительные) мероприятия, так и непосредственное проведение различных спортивно-массовых мероприятий.

1. Образец составления конспекта учебного (учебно-тренировочного) занятия по физической культуре, с которым проводятся занятия (уроки) на практике (смотрите ниже).

## ПЛАН-КОНСПЕКТ

урока по гимнастике в 5А классе

- Задачи: 1) разучить прыжок, согнув ноги через коня, совершенствовать подъём переворотом махом одной толчком другой на перекладине;  
 2) воспитание координации, силы, смелости, дисциплинированности;  
 3) укрепление здоровья, улучшение осанки.

Дата проведения: «\_\_» \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.

Место проведения: спортивный зал МОУ сш. № \_\_\_\_\_

Конспект составил: Ф.И.О. студента, курс, группа

Конспект проверил: Ф.И.О. преподавателя, дата, оценка, подпись

Часть урока	Содержание урока	Дозировка	Организационно-методические указания
I 12-15 мин	<p>I. Построение. Рапорт. Сообщение задач урока.</p> <p>II. Строевые приёмы:                      - повороты направо;                      - повороты налево;                      - повороты кругом;</p> <p>III. Задание на внимание в сомкнутом строю:                      1-2 – шаг правой                      3-4 – поворот налево                      5-6 – шаг левой влево                      7-8 – поворот направо</p> <p>IV. Ходьба:                      - на носках, руки вверх;                      - на пятках, руки за спину;                      - ...;</p> <p>V. Бег:                      - с согнутыми ногами вперёд, руки на пояс;                      - ...;</p> <p>VI. Бег с заданием:                      - упор присев;</p>	<p>30 с.-1мин</p> <p>1-2 раза                      1-2 раза                      1-2 раза                      2-3 раза</p> <p>1.30-2 мин</p> <p>1/2 круга                      1/2 круга                      ...</p> <p>2-3 мин                      1 круг                      ...                      30 сек-1 мин</p>	<p>Следить за осанкой, за дисциплиной ...</p> <p>Плечи расправить, руки прижать вдоль туловища, чётче выполнять повороты, ...</p> <p>Выполнять задание по рассказу, выделить наиболее внимательных учащихся, которые сразу смогли понять и правильно выполнить задание.</p> <p>Идти друг за другом, углы не срезать, дистанция в два шага.                      Выше подниматься на носках, спина прямая.                      Вперёд не наклоняться, голову не опускать вниз, смотреть вперёд, плечи расправить.</p> <p>Соблюдать дистанцию в 2 шага, углы не срезать.                      Выше бедро, активнее движения.                      Задание выполнять по сигналу: 1 хлопок – упор присев; 2 хлопка - поворот кругом, бег в противоположном направлении; по свистку – бег.                      Отметить наиболее внимательных, быстро</p>



	<p>- поворот кругом, бег в противоположном направлении; - ...</p> <p>VII. Ходьба с восстановлением дыхания: 1- руки вверх, вдох 2- руки вниз, выдох</p> <p>VIII. Перестроение из колонны по одному в колонну по три в движении.</p> <p>IX. ОРУ</p> <p>1) И.П. – о.с. 1- наклон головы вперёд, руки вперёд 2- и.п. 3- наклон головы назад, руки в стороны 4- и.п. 5- наклон головы вправо, правая рука в сторону 6- и.п. 7- наклон головы влево, левая рука в сторону 8- и.п.</p> <p>2) И.П. – стойка ноги врозь, руки на пояс 1- поворот вправо, руки в стороны 2- и.п. 3- поворот влево, руки в стороны 4- и.п. 5- наклон вперёд, руки вперёд 6- и.п. 7- наклон назад 8- и.п.</p> <p>3) И.П.-... ... 7) И.П.- стойка руки на пояс</p>	<p>20-30 сек</p> <p>15-20 сек</p> <p>5-7 мин 4-6 раз</p> <p>4-6 раз</p> <p>...</p> <p>6-8 раз</p>	<p>реагирующих. Глубокий вдох и выдох. Руки при опускании вниз расслаблять.</p> <p>Подаётся команда: «В колонну по три, налево – МАРШ! Следить за равнением в колоннах. При перестроении задать интервал и дистанцию в три шага. Проверить положение учащихся перед ОРУ. Уточнять и.п., следить за правильностью выполнения упражнения, слушать счёт.</p> <p>Ниже наклоны головы, руки прямые...</p> <p>Больше повороты, руки точно в сторону. Руки прямые.</p> <p>Ниже наклоны. Ноги не сгибать...</p>
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>1-2 – 2 прыжка на правой  3-4 - 2 прыжка на правой  5-8 - 4 прыжка на двух  8) Ходьба на месте</p>	15-20 сек.	<p>Выполнять точно под счёт.  Выше выпрыгивать.</p> <p>Перейти на ходьбу после прыжков без остановки.  Восстанавливать дыхание.</p>
<p>II  22-25 мин</p>	<p>X. Выполнение заданий по станциям:</p> <p>1. Разучивание прыжка согнув ноги через коня:  1) Рассказ.  2) Показ.  3) Подводящие упражнения:  - ...</p> <p>2. Совершенствование подъёма переворотом махом одной толчком другой на перекладине:  1) Рассказ.  2) Показ.  3) Подводящие упражнения:  - ...</p> <p>3. ОФП:  - прыжки через скакалку;  - сгибание и разгибание рук в упоре лёжа;  - приседания с выпрыгиванием вверх;</p>	<p>18-20 мин</p> <p>5-6 мин</p> <p>5-6 мин</p> <p>5-6 мин  2 подхода x  100 раз  2x10 раз  2x15 раз  2x20 раз</p>	<p>Перед выполнением заданий по станциям поделить класс на три команды: 1 команда идёт на опорный прыжок, 2-я – на перекладину, 3-я - на ОФП. После выполнения заданий происходит смена мест занятия по круговой системе.  ... обращать внимание на ошибки при выполнении упражнений, исправлять ошибки, использовать страховку...  Ставить оценки учащимся за выполнение упражнений на станциях, а также - за переходы.</p> <p>...</p> <p>Стараться не запинаться.</p> <p>Сгибать руки до касания груди пола, руки выпрямлять до конца, в спине не прогибаться  Выше выпрыгивать, глубже присед.  Выполнять упражнение до положения сидя.</p>

	<p>- поднятие и опускание туловища из положения лёжа на спине, ноги согнуты, руки за головой;</p> <p>XI. Подвижная игра: «Вызов номеров»</p>	4-5 мин	Обратить внимание на правила игры...
<p>III 3-5 мин</p>	<p>XII. Построение. Игра на внимание «Класс – смирно!»</p> <p>XIII Подведение итогов урока. Выставление оценок за урок.</p>	3-5 мин	<p>Выделить наиболее внимательных учащихся.</p> <p>Отметить наиболее старательных и активных учащихся на протяжении всего урока. Отметить присутствующих на уроке и выставить оценки в журнал.</p>

*Сценарий проведения воспитательного мероприятия (беседы, классного часа и др.) по пропаганде физической культуры, вида спорта, здорового образа жизни на нравственные, эстетические или другие темы, имеющие воспитательное значение:*

- Наименование мероприятия.
- План мероприятия.
- Основная цель и задачи мероприятия.
- Подготовка наглядного материала (иллюстрации, слайды и т.д.).
- Конспект и основные тезисы беседы.
- Возможные вопросы для обсуждения.
- Выводы.

### Протокол определения нагрузки в уроке по пульсу

Дата \_\_\_\_\_ Класс \_\_\_\_\_ Школа \_\_\_\_\_  
 Количество занимающихся \_\_\_\_\_ Количество учеников в классе \_\_\_\_\_  
 Ф.И. ученика \_\_\_\_\_ Проводил урок \_\_\_\_\_

Часть урока	№ п.п	Время измерения	Пульс за 10 сек	Пульс за 1 мин	Упражнения до и после которых подсчитывался пульс
1	1	0	13	78	в покое до начала урока
	2	2,10	14	84	во время прослушивания задач урока
	3	4,30	18	108	после бега спиной вперед, подскоков
	4	5,50	14	84	после перестроения налево и размыкания
	5	7,10	16	96	после выполнения наклонов
	...	...	...	...	...

**Примечание:** таким образом, ведется наблюдение на протяжении всего урока, подробно записываются упражнения, действия до или после которого рассчитывается пульс. Далее по протоколу вычерчивается **график кривой нагрузки по пульсу**.

### Вопросы к анализу кривой нагрузки по пульсу

1. Соответствует ли кривая нагрузки по пульсу задачам подготовительной и заключительной частей урока.
2. Ошибки в регулировании нагрузки и пути их устранения.
3. Соответствует ли кривая нагрузки по пульсу задачам основной части урока (разбирать каждое задание отдельно).
4. Допущенные ошибки и пути их устранения.

Урок: физ.культура в 9-ом классе школы № \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

Место проведения: спортзал шк. № \_\_\_\_\_

Урок проводил: \_\_\_\_\_

Задачи урока: 1. Совершенствовать технику метания учебной гранаты. Совершенствовать стартовый разгон. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (юноши). Поднимание прямых ног лежа (девушки).

2. Развивать силу мышц плечевого пояса, развивать силу мышц спины, силу мышц ног.

3. Формирование положительного отношения к легкой атлетике, воспитание интереса к ней.

В классе по списку 26 человек. Присутствовало 24 человека. Занималось 23 человека.

Наблюдения проводились за учеником: \_\_\_\_\_

Виды деятельности учащихся	Показат. секундом.	Объяснит. показания	Двигател. активность	Вспомогат. действия	Ожидан. отдых	Простой
Построение	0:00					
Объяснение задач урока	0:40		0:40			
Строевые упражнения	1:00	0:20				
Переход на ходьбу	2:10		1:10			
Переход на бег	4:00		1:50			
Переход на ходьбу	5:50		0:15			
Построение	6:05		0:10			
Объяснение упр. по диаг.	6:10			0:10		
Выполняет упражнения	6:20		5:20			
Переход на ходьбу	11:40		0:17			
Берет скакалку	11:47			0:28		
Звонок	40:00					
	40:00	9:00	26:40	3:20	1:00	0:00

$$\text{ОПУ} = \frac{39:00}{40:00} * 100 = 97\%$$

$$\text{ДПУ} = \frac{30:00}{40:00} * 100 = 75\%$$

$$\text{Объяснит. показ.} = \frac{9:00}{40:00} * 100 = 23\%$$

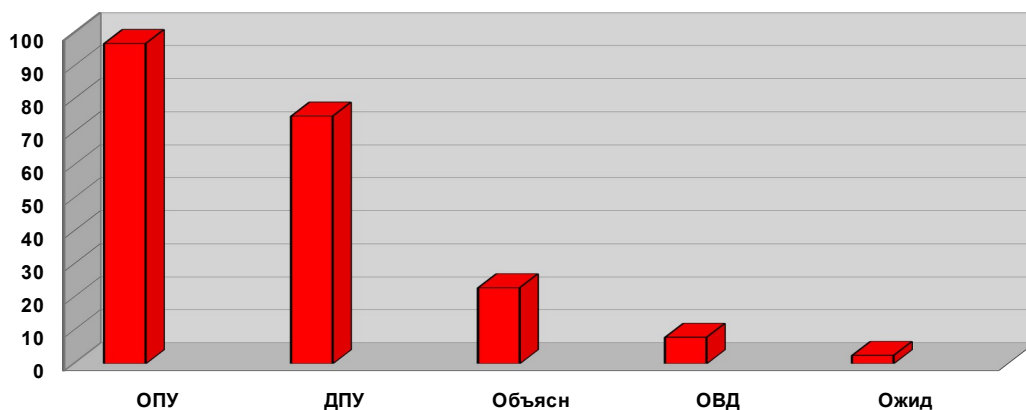
$$1 \text{ ч.} = 18:20 \text{ ДА} = 13:50 (77\%)$$

$$\text{ОВД} = \frac{3:20}{40:00} * 100 = 8\%$$

$$2 \text{ ч.} = 18:31 \text{ ДА} = 14:16 (78\%)$$

$$\text{Ожид.} = \frac{1:00}{40:00} * 100 = 2,5\%$$

$$3 \text{ ч.} = 3:30 \text{ ДА} = 1:90 (43\%)$$



1. *Протокол анализа практического занятия (урока).*

Дата \_\_\_\_\_ Класс \_\_\_\_\_ Школа \_\_\_\_\_ Проводил урок \_\_\_\_\_

Количество занимающихся \_\_\_\_\_ Количество учеников в классе \_\_\_\_\_

Урок \_\_\_\_\_

Задачи урока: 1.

2.

3.

1. Конспект урока (соответствие задач рабочему плану и типу урока, соответствие материала упражнений поставленным задачам и возрастным возможностям учащихся. Разнообразие и оригинальность упражнений, наличие и правильность методических указаний, \_\_\_\_\_ внешний \_\_\_\_\_ вид \_\_\_\_\_ конспекта)

2 Проведение урока

Организация (выбор места занятий, использование групповодов, размещение занимающихся, использование оборудования и мелкого инвентаря, распределение упражнений по времени, обеспечение дисциплины, плотности занятий) \_\_\_\_\_

3. Методика обучения и воспитания (соблюдение дидактических принципов, разнообразие методов и приемов, соответствие их направленности к поставленным задачам, подготовленности занимающихся, характеру учебного материала, условиям проведения занятия.) Регулирование нагрузки, обеспечение помощи и страховки \_\_\_\_\_

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

Степень выполнения основных задач урока и намеченного содержания конспекта \_\_\_\_\_

Пожелания практиканту \_\_\_\_\_

Оценка урока \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

Подпись преподавателя \_\_\_\_\_

## ХАРАКТЕРИСТИКА

практиканта \_\_\_\_\_

(Ф.И.О.)

\_\_\_\_\_ года рождения, студента \_\_\_\_\_ курса \_\_\_\_\_ группы.

Студент \_\_\_\_\_

(Ф.И.О.)

проходил практику в \_\_\_\_\_

За период практики с \_\_\_\_\_

по \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_ года

он(а) показал(а) себя \_\_\_\_\_

(оценка отношения к практике, уровень теоретической и практической подготовленности, знание нормативно-правовых документов, своевременность выполнения заданий и поручений, аккуратность в ведении документации, активность в работе, инициативность, дисциплинированность).

При проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий проявил себя \_\_\_\_\_

(оценка уровня владения организаторскими умениями и навыками, творческий подход к составлению документов планирования, умение работать с учетно-отчетной документацией, в т.ч. финансовой, качество проведения мероприятий, инициативность и активность в их организации).

Проведение научно-исследовательской работы показало, что практикант

(владение методикой анализа и знание анализируемых документов, умение сделать вывод и дать рекомендации по определенному вопросу).

Оценки за практику:

1. Методическая работа \_\_\_\_\_
  2. Учебная работа \_\_\_\_\_
  3. Воспитательная работа \_\_\_\_\_
  4. Отчетная документация \_\_\_\_\_
  5. Отношение к практике и трудовая дисциплина \_\_\_\_\_
- Общая оценка за практику \_\_\_\_\_

Руководитель организации \_\_\_\_\_ (подпись) \_\_\_\_\_ (Ф.И.О.)

Руководитель практики \_\_\_\_\_

" \_\_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_ г.

*Положение спортивного мероприятия (соревнования), физкультурно-оздоровительного праздника.*

1. Цель и задачи соревнований.
2. Сроки и место проведения.
3. Руководство соревнованиями.
4. Участники соревнования.
5. Программа соревнований.
6. Определение победителей.
7. Награждение победителей.
8. Форма заявки.