Государственное профессиональное образовательное учреждение

Ярославской области

Угличский индустриально-педагогический колледж

## Методические рекомендации по практике «Пробных уроков»

## для специальности 49.02.01. Физическая культура

Составители: преподаватели МЦК Физической культуры

Волкова Галина Викторовна,

## 2024-25 г.

## Методические рекомендации по практике «Пробных уроков» составлены в соответствии с требованиями ФГОС СПО для специальности 49.02.01 Физическая культура на основе рабочей программы профессионального модуля «Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам».

Методические рекомендации содержат целевые ориентиры, описание видов предстоящей деятельности, формы подготовки рабочих и отчетных документов практики.

**СОДЕРЖАНИЕ**

Пояснительная записка

Методические материалы по подготовке пробного урока

Методические материалы для анализа урока

Методические материалы для оформления дневника практики

Схема составления отчета по практике

Приложение

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Педагогическая практика «Пробные уроки» – важнейший и необходимый элемент в системе профессионального становления будущего учителя физической культуры. Она отражает уровень теоретической подготовки, полученной на занятиях в колледже, создает возможность закрепления, углубления и использования знаний для решения практических задач, вооружает студентов первоначальным опытом работы учителя-профессионала, оказывает мощное влияние на процесс формирования личности педагога.

## Цель практики: создание условий для овладения основополагающим видом профессиональной деятельности (профессиональными компетенциями, ПК)–«Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам».

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать уроки.

ПК 1.2. Проводить уроки.

ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты обучения.

ПК 1.4. Анализировать уроки.

ПК 1.5. Вести документацию, обеспечивающую обучение по программам начального общего образования.

**Задачи практики**:

1)развитие умений наблюдения за образовательным процессом в общеобразовательной школе;

2)развитие умений целеполагания и планирования уроков;

3)овладение умениями проведения уроков и руководства учебной деятельностью школьников в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями;

4)обучение целенаправленному выбору и применению эффективных методов и приемов проведения уроков;

5)формирование умений анализировать уроки;

6)развитие умений оформления документации, обеспечивающей обучение по программам общего среднего образования.

Таблица 1

**Объём и вид практики**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Видпрактики | Конкретизированное  название | Семестр | Количество  часов | Форма проведения |
| Производственная | Пробные уроки и занятия (по профилю специальности) | 6- 7 |  | Концентрированная |
|  | Методическая практика | 6-7 |  |  |

Базой практики являются МОУ СОШ г. Углича

Учебная группа для прохождения практики делится на подгруппы по 6-8 человек. Руководителями практики являются преподаватели колледжа и учителя базовых школ.

По итогам практики студентам выставляется: отметка

**Обязанности практиканта:**

1. подчиняться правилам внутреннего распорядка школы, распоряжениям администрации школы, руководителя практики;
2. следить за строгим соблюдением правил техники безопасности, жизни и здоровья детей;
3. своевременно выполнять все виды работ, предусмотренные программой педагогической практики;
4. заниматься самовоспитанием и самообразованием, совершенствовать умения педагогического мастерства, соблюдать нормы педагогической этики, развивать культуру общения и речи, соблюдать требования, предъявляемые к внешнему виду учителя;
5. своевременно и аккуратно вести педагогический дневник и предоставлять всю требуемую отчётность по практике руководителю;
6. регулярно посещать часы методического анализа просмотренных уроков и занятий;
7. при подготовке и проведении пробного урокаи занятия студент должен дважды проконсультироваться –уучителя-наставника и методиста, получить у них подписи, заверяющие конспект урока, что означаетдопуск практиканта к проведению урока;
8. на рабочем месте студент-практикант обязанприсутствовать за 20 минут до начала урока;
9. по окончании урока или занятия студент обязан участвовать в анализе своего урока и уроков других студентов, проведённых в этот день, и делать необходимые записи в дневнике педагогической практики.

**Отчётность студентов по итогам практики**

1.Дневник практики, содержащий конспекты проведённых уроков и занятий, самоанализ проведённых занятий.

2. Дневник наблюдаемых уроков и занятий, анализы наблюдаемых уроков и занятий.

3.Дидактический материал, изготовленный для проведения уроков (может дополнять существующие методические копилки).

4. Аттестационный лист

5.Отчет по итогам практики

**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫПО ПОДГОТОВКЕ ПРОБНОГО УРОКА**

**Советы по подготовке пробного урока**

1.Тема урока определяется практикантом заранее.

2.Практикант обязан самостоятельно подобрать методическую, педагогическую и другую необходимую литературу.

3.Совместно с учителем и преподавателем колледжа практикант разрабатывает конспект. Конспект должен отвечать требованиям, представленным в данных методических рекомендациях.

4.Конспект подписывается учителем и утверждается преподавателем колледжа.

5.Практикант не имеет права появляться на уроке без конспекта.

6.Практикант обязан подготовить к уроку необходимую наглядность, дидактический материал, аудиои технические средства.

7.Содержанием урока практикант должен владеть свободно.

**Памятка практиканту по подготовке к уроку**

1.Узнайте заранее тему своего урока, точно определите его место в системе уроков по теме, изучите методологические и дидактические требования УМК, по которому работает учитель, изучите материал учебника к этому уроку.

2.Изучите методическую литературу по теме урока.

3.Посетите 1-2 урока, предшествующие вашему, наблюдайте и фиксируйте ход урока.

Продумайте взаимосвязи проводимого вами урока с предыдущим и последующим.

4.Определите цель и задачи урока, планируемый результат, его структуру и основные этапы.

5.Подумайте о путях реализации дидактических принципов.

6.Разработайте содержание урока. Отберите материал и определите методы и приемы обучения на каждом этапе урока. Сформулируйте вопросы и задания для обучающихся.

7.Продумайте организационную структуру и распределите учебное время на все этапы урока.

8.Предусмотрите чередование различных видов работы детей, сложного и несложного материала, правильные соотношения между работой под руководством учителя и самостоятельной работой обучающихся.

9.Используйте по возможности приёмы дифференциации учебной работы, а также элементы проблемного обучения.

10.Включитеупражнения творческого характера, подвижные игры.

11.Подготовьте дидактический и наглядный материал к уроку, ТСО, продумайте место и методику его использования.

12.Оформите развернутый план- конспект.

**Разработка плана-конспекта урока**

**Алгоритм составления конспекта**

1.Построение

2.Приветствие

3.Сообщение темы,задач урока

4.Строевые приемы

5.Упражнения в ходьбе на осанку

6.Разогревающий бег

7.Упражнения в ходьбе на восстановление дыхания

8.Перестроение для организации выполнения комплекса общеразвивающих упражнений

9.Комплекс общеразвивающих упражнений

10.Перестроение для организации выполнения специального комплекса упражнений по развитию скоростных и координационных способностей и т.д.

11.Выполнение комплекса специальных упражнений,связанных с развитием скоростных и координационных способностей и совершенствованием техники двигательного действия, основанного на этих действиях.

12.Перестроение с целью организации внимания детей при обучении техники двигательного действия.

13.Рассказ учителя о практическом применении изучаемого двигательного действия с целью создания положительной мотивации и заинтересованности детей.

14.Идеальный (или приближенный к идеальному ) показ техники двигательного действия в целом.

15.Объяснение техники двигательного действия.

16.Перестроение для выполнения подготовительных и подводящих упражнений.

17.Показ и пояснение подготовительных и подводящих упражнений.

18.Выполнение подготовительных и подводящих упражнений.

19.Исправление ошибок по ходу и после выполнения подготовительных и подводящих упражнений.

20.Повторное выполнение подготовительных и подводящих упражнений (облегченного или усложненного характера).

21.Перестроение с целью организации детей для углубленного разучивания или совершенствования, ранее изученного на предыдущих уроках двигательного действия(ll или lll этап).

22.Показ двигательного действия одним из учащихся с комментарием учителя .

23.Показ и пояснение к выполнению специальных упражнений.

24.Постановка учителем двигательной задачи.

25.Выполнение специальных упражнений детьми.

26.Исправление ошибок учителем.

27.Повторное выполнение специальных упражнений(упрощенные или усложненный вариант).

28.Анализ учителя по выполненной работе.

29.Перестроение детей для организации игровой или соревновательной деятельности .

30.Организация игровой илисоревновательной деятельности .

31.Деление на команды (или выбор водящего).

32. Объяснение содержания игры.

33.Уточнение правил игры.

34. Опробование игры.

35.Анализ опробования игры.

36.Игровая деятельность детей с постоянным комментарием учителя.

37.Окончание игры.

38.Построение детей для подведения итогов игры.

39.Уборка инвентаря.

40.Упражнения на внимание.

41.Подведение итогов урока.

42.Домашнее задание.

43.Выход из зала.

**Образцы конспектов урока по физической культуре**

Дата

Ф.И. студента, проводящего урок

Тема урока: Акробатика. Изучение кувырка вперёд. Строевая комбинация как элемент гимнастики.

Класс: 2

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Цель деятельности* |  | |
| *Планируемые образовательные результаты* | *Универсальные учебные действия* | |
| *Личностные* | - мотивационная основа на занятия гимнастикой;  -учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики. |
| *Регулятивные* | -умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (гибкости);  - планировать свои действия при выполнении комплексов упражнений с предметами и без и условиями их реализации;  - учитывать правила в планировании и контроле способа решения;  - адекватно воспринимать оценку учителя;  -оценивать правильность выполнения двигательных действий. |
| *Познавательные* | - осуществлять анализ выполненных действий;  - активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с элементами акробатики;  - выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений. |
| *Коммуникативные* | - уметь слушать и вступать в диалог;  -участвовать в коллективном обсуждении результатов выполнения акробатических комбинаций. |
| *Инвентарь, оборудование* |  | |
| *Понятия и термины* |  | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Содержание учебного материала | Дозировка | Организационно - методические указания |
|  |  |  |
|  |  |  |

**Опорный конспект по физической культуре**

**Раздел**: **Тема**: Класс: Т**ип урока**:

**Цель урока**:

**Задачи:Образовательные**

**Оздоровительные**

**Воспитательные**

|  |  |
| --- | --- |
| *Инвентарь, оборудование* |  |
| *Понятия и термины* |  |
| Используемая литература: |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Содержание учебного материала | Дозировка | Организационно - методические указания |
| 1. **Подготовительная часть**   1. Организационный момент  2.строевые упражнения  3. Упражнения в ходьбе:  4. Бег  5. Комплекс ОРУ  6. Перестроение в одну шеренгу, деление на группы (при необходимости)  1 группа-  2 группа –  **Основная часть**  1.Создать представление об элементе…  2.Описание техники элемента.  3. Техника безопасности и страховка.  4. Подготовительные упражнения …..  5. Поводящие упражнения…..  6. Имитационные упражнения…..  7. Специальные упражнения…..  **Заключительная часть**  1.Упражнения на восстановления….  2.Анализ выполнения УЗ обучающимися, рефлексия, домашнее задание | 10-12 мин  20-25 мин  3-5 мин | Ознакомить учащихся с целью и задачами урока, настроить на урок. Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.  Указания по выполнению:  Методы организации группы:  Перестроение:  Разделить учеников для обучения по половому признаку или по степени физической готовности.  1гр.- подготовительные упр.  2 гр. – подводящие упр. к прыжкам в длину.  Рассказ: историческая справка о виде спорта.  ТБ при выполнении упражнений  Распределение функций обучающихся во время работы по местам занятий.  Методы обучения:  Методы организации:  Указания по выполнению упражнений.  Исправление ошибок  Восстанавливаем пульс, дыхание. Развиваем координационные качества  Проверяем степень усвоения обучающимися УЗ |

**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ АНАЛИЗА УРОКА**

**АНАЛИЗ УРОКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ в школе ( для студента)**

**Протокол**

оценки педагогических умений и навыков проведения уроков физической культуры в общеобразовательной школе студентов 43 Ф группы специальности «Физическая культура»

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **Показатели умений и навыков (критерии)** | **Степень проявления (баллы)** | | |
| **0** | **1** | **2** |
| 1 | Соответствие внешнего вида студента требованиям, предъявляемым к учителю физической культуры |  |  |  |
| 2 | Инструктаж по ТБ |  |  |  |
|  | **Подготовительная часть** |  |  |  |
| 3 | Подготовка мест занятий, оборудования и инвентаря |  |  |  |
| 4 | Начальное построение, сообщение цели и задач урока |  |  |  |
| 5 | Правильность подбора общеразвивающих физических упражнений |  |  |  |
| 6 | умение управлять вниманием и дисциплиной; |  |  |  |
| 7 | правильность названия, объяснение упражнений с учетом возраста учащихся |  |  |  |
| 8 | умение четко и красиво показывать упражнения |  |  |  |
| 9 | выбор места учителем |  |  |  |
| 10 | своевременность замечаний, указаний по ходу выполнения упражнений |  |  |  |
| 11 | Правильность перестроений для организации выполнения упражнений |  |  |  |
| 12 | соответствие нагрузки подготовленности школьников |  |  |  |
|  | **Основная часть** |  |  |  |
| 13 | Осуществляет профилактику травматизма, обеспечивающую охрану жизни и здоровья учащихся |  |  |  |
| 14 | Грамотное и своевременное оказание физической помощи при выполнении упражнений |  |  |  |
| 15 | **Правильность и рациональность организационного обеспечения урока:** |  |  |  |
|  | Выбор способов подготовки и уборки мест занятий |  |  |  |
|  | расположение мест занятий и снарядов |  |  |  |
|  | раздача и сбора инвентаря |  |  |  |
|  | Расположение групп занимающихся при выполнении упражнений |  |  |  |
|  | Смена мест занятий ( способы построения передвижения, перестроения) |  |  |  |
| 16 | **Методическая стройность (логичность, последовательность) и методика обучения в процессе демонстрации физических упражнений (рациональность, грамотность, последовательность):** |  |  |  |
|  | Отбор контрольно-измерительных материалов для диагностики уровня развития и состояния здоровья учащихся |  |  |  |
|  | Перестроение с целью организации внимания детей при обучении техники двигательного действия. |  |  |  |
|  | Использование словесных методов на уроке в соответствии с этапом обучения: |  |  |  |
|  | Рассказ учителя о практическом применении изучаемого двигательного действия с целью создания положительной мотивации и заинтересованности детей (при необходимости) |  |  |  |
|  | Соответствие объяснения техники двигательного действия возрасту учащихся |  |  |  |
|  | Высказывания построены грамотно и доступны для понимания учащихся |  |  |  |
|  | Терминологическая грамотность |  |  |  |
|  | Наличие методических указаний (своевременная подача команд, обеспечивающие эффективное выполнение упражнений) |  |  |  |
|  | Систематическое использование методических указаний, обеспечивающих необходимую помощь |  |  |  |
|  | Владение и демонстрация техники двигательных действий (метод показа) |  |  |  |
|  | Определить рационально этапу обучения методы физического воспитания (специфические методы применения физических упражнений) |  |  |  |
|  | Умение отбирать подготовительные, подводящие и специальные упражнения в соответствии с техникой изучаемого элемента |  |  |  |
|  | Знание типичных ошибок при выполнении техники упражнения и умение исправить ошибки в технике исполнения учащимися |  |  |  |
|  | 1. Осу Осуществление контроля за дозировкой нагрузки при выполнении физических упражнений |  |  |  |
|  | Учет внешних признаков утомления |  |  |  |
|  | Соответствие нагрузки возрасту и подготовленности занимающихся |  |  |  |
|  | Соответствие нагрузки месту проведения и условиям урока |  |  |  |
|  | Осуществление индивидуального контроля за выполнением нагрузки |  |  |  |
|  | Соотношение моторной плотности к общей при проведении урока |  |  |  |
|  | Рациональность использования метода тестирования за физической подготовленностью учащихся ( при необходимости) |  |  |  |
|  | Рациональность использования метода контрольных испытаний за технической подготовленность учащихся ( при необходимости) |  |  |  |
|  | Умение провести игру (объяснить, показать, судить, определить результат) |  |  |  |
|  | Проверка и оценка знаний учащихся |  |  |  |
|  | Логическая завершенность основной части урока |  |  |  |
| 17 | **Заключительная часть** |  |  |  |
|  | Привлечение учащихся к анализу своих действий |  |  |  |
|  | Соответствие заключительных упражнений содержанию урока |  |  |  |
|  | Уборка инвентаря |  |  |  |
|  | Домашнее задание. |  |  |  |
|  | Подведение итогов урока. |  |  |  |
|  | Своевременность окончания урока |  |  |  |
| 18 | **Характеристика и оценка деятельности учителя на уроке** |  |  |  |
|  | Проведение воспитательной работы на уроке ( формирование внимания и интереса к упражнениям, дисциплины, коллективизма) |  |  |  |
|  | Целесообразность и эффективность использования на уроке методов нравственного воспитания ( разъяснения, убеждения, наказания, оценки) |  |  |  |
|  | Руководящая роль (уверенность, настойчивость, внимательность, чуткость, требовательность, манера держаться, управлять учащимися) |  |  |  |
|  | Четкость речи (командный голос, правильность команд, культура речи) |  |  |  |
|  | Взаимоотношения с учащимися ( стиль управления, педагогический такт, индивидуальный подход) |  |  |  |
|  | Использование на уроке помощников (учащихся) при необходимости |  |  |  |
|  | Положительный эмоциональный отклик учащихся |  |  |  |
|  | Общее впечатление |  |  |  |

**Анализ урока (для методиста)**

**Протокол**

оценки педагогических умений и навыков проведения уроков физической культуры в общеобразовательной школе студентов 43 Ф группы специальности «Физическая культура»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | о | Соответствие внешнего вида участника требованиям, описанным в ТО компетенции (пункт 1.1.4) | 0,50 |
| 2 | о | Соответствие цели урока возрастной группе и разделу основной образовательной программы | 0,50 |
| 3 | о | Соответствие образовательной задачи поставленной цели | 0,50 |
| 4 | о | Соответствие оздоровительной задачи поставленной цели | 0,50 |
| 5 | о | Соответствие воспитательной задачи поставленной цели | 0,50 |
| 6 | о | Грамотность формулировки задач | 0,50 |
| 7 | о | Соответствие содержания образовательной задаче | 0,50 |
| 8 | о | Соответствие содержания оздоровительной задаче | 0,50 |
| 9 | о | Соответствие содержания воспитательной задаче | 0,50 |
| 10 | о | Владение и демонстрация техники выполнения двигательных действий участником | 0,50 |
| 11 | о | Методическая стройность урока (логичность, последовательность) в процессе демонстрации участником фрагмента | 1,00 |
| 12 | о | Целесообразность использования форм организации деятельности | 0,50 |
| 13 | о | Целесообразность использования различных методов и приемов | 1,00 |
|  |  | Показатель моторной плотности 50% и выше  71 и выше -0,5  51-70 0,4  50 и менее 0 |  |
| 14 | о | Достижение правильности выполнения двигательного действия на протяжении всего урока (индивидуальное и/или групповое Исправление ошибок в технике выполнения упражнений) | 0,50 |
| 16 | о | Осуществление контроля за дозировкой нагрузки | 0,50 |
| 17 | о | Применение профессиональной терминологии | 0,50 |
|  |  | Наличие методических указаний (своевременная подача команд, обеспечивающие эффективное выполнение упражнений) |  |
|  |  | Систематическое использование методических указаний, обеспечивающих необходимую помощь |  |
| 19 | о | Целесообразность расстановки субъектов | 0,50 |
| 20 | о | Целесообразность размещение инвентаря и оборудования | 0,50 |
| 22 | о | Целесообразность инструктажа по ТБ(в соответствии со спецификой двигательного действия) | 0,50 |
| 23 | о | Логическая завершение урока | 0,50 |
| 24 | о | Реализация поставленной образовательной задачи | 0,50 |
| 25 | о | Реализация поставленной оздоровительной задачи | 0,50 |
| 26 | о | Реализация поставленной воспитательной задачи | 0,50 |
| 28 | о | Соблюдение правил ТБ и ОТ | 0,25 |
|  |  | Оформление плана-конспекта в соответствии с принятой формой  Соответствие содержания плана-конспекта принятой форме | 1 |
|  |  | Соответствие запланированного содержания практической реализации учебного занятия  80-и более 0,5  0,4  0,3  0,2  0,1  0,0 | 1 |
| 30 | s | Творческий подход к проведению фрагмента | 0,50 |
| 31 | s | Четкость речи | 0,50 |
| 32 | s | Эмоциональность речи | 0,50 |
| 33 | s | Положительный эмоциональный отклик обучающихся | 0,50 |
| 34 | s | Общее впечатление | 0,50 |
|  |  |  |  |

**Приложение**

**Структура процесса обучения и особенности его этапов**

**Обучение**- это целенаправленный, систематический и организованный процесс формирования и развития у социальных субъектов качеств, необходимых им для выполнения каких-либо функций. Обучение включает в себя учение и преподавание.

**Учение**-это деятельность обучаемого по овладению знаниями, умениями и навыками.

**Преподавание**- это педагогическая деятельность учителя по организации и управлению учебной деятельности занимающихся.

В процессе обучения двигательным действиям (д/д) ставится задача научить управлять своими действиями. Это значит - регулировать прилагаемые усилия, быстроту выполнения, форму, амплитуду, направление движения.

Весь процесс обучения д/д включает в себя три этапа, которые отличаются др. от др. как частными задачами, так и особенностями методики.

**Цель и задачи на урок Ф.К.**

**1 этап - начальное разучивание двигательного действия**

**«Формирование умения выполнять двигательное действие по общей схеме»**

**Цель этапа: Обеспечить готовность учащихся класса усвоить технику предстоящего изучения двигательного действия.**

Цель (урока): Ознакомление с техникой выполнения ……..

Задачи:

Образовательные:

- Учить (научить, освоить, разучить) технику выполнения…….

- Дать представления о технике выполнения ……………………..

- Учить последовательности действий в упрощенных условиях через подготовительные и имитационные упражнения в выполнении……………….

- Научить…….. при выполнении…………..

Оздоровительные:.

Способствовать укреплению систем организма (конкретизировать) при выполнении……..

Прививать гигиенические навыки

Воспитательная:

- Воспитывать этические и эстетические качества (конкретизировать) при выполнении……………….

- Воспитывать дисциплину и организованность при объяснении и показе .

-Формировать ОДА (правильную осанку) при выполнении…………

**2 этап - углубленное разучивание двигательного действия**

**«Формирование двигательного навыка »**

**Цель этапа: Сформировать умение учащихся технически правильно и свободно выполнять двигательное действие в целом, с соблюдением соответствующих временных, динамических и пространственных характеристик.**

Цель (урока): Формирование умения выполнять ……….

Задачи:

Образовательные:

**-** Формировать навык…..при выполнении……..

- Совершенствовать технику выполнения…….

- Способствовать освоению (овладению) техники выполнения………..

- Формировать умения стабильного выполнения……..

- Учить работе ( рук, ног, туловища) при выполнении технике …… через подводящие и специальные упражнения

- Устранить ошибки в технике выполнения……

Оздоровительные:

- Развивать физические качества и способности (конкретизировать) при выполнении ………

- Способствовать развитию физических качеств и способностей (конкретизировать) при выполнении ………

- Способствовать укреплению систем организма (конкретизировать) …….

**Воспитательные:**

- Воспитывать нравственные и волевые качества (конкретизировать) при выполнении …….

- Способствовать (содействовать) воспитанию (формированию) морально-волевых качеств (конкретизировать) при выполнении ……

- Воспитывать настойчивость и целеустремленность в овладении техникой ………………

**3 этап - закрепление освоенного двигательного действия**

**«Двигательное умение перевести в навык, обладающий возможностью его целевого использования»**

**Цель этапа: Достичь стабильности выполнения двигательного действия при повторных упражнениях.**

Цель (урока): Формирование и развитие двигательных навыков у учащихся при выполнении…………….

Задачи:

Образовательные:

**-** Добиться стабильности и автоматизма выполнения …..

- Добиться самостоятельного выполнения основы техники…

- Закрепить технику выполнения………

- Добиться самостоятельного выполнения основы техники ……..

- Оценка техники выполнения……..

- Выполнить контрольный норматив…..

- Закрепить выполнение изученных элемен­тов в учебной комбинации

Оздоровительные:

- Развивать физические качества и способности (конкретизировать) при выполнении ………

- Способствовать развитию логического мышления, творчества при выполнении учебной комбинации

- Укреплять ОДА, системы организма

Воспитательные:

- Воспитывать нравственные и волевые качества (конкретизировать) при выполнении …….

- Воспитать взаимопомощь, взаимовыручку, самостраховку, взаимодействия при закреплении ……

- Формировать потребности и умения выполнять упражнения в соответствии с учебной игрой…….;

- Развивать интерес к этому виду спорта

**УРОК - ОСНОВНАЯ ФОРМА ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ**

В комплексной программе физического воспитания учащихся 1-11 классов общеобразовательной школы об уроке говорится, что урок физической культуры - основная форма физического воспитания в общеобразовательных школах. Из перечисленных важнейших **требований** к уроку:

1. Обеспечение дифференцированного подхода к уча­щимся с учетом их здоровья, физического развития, пола и двигательной подготовленности.
2. Достижение высокой моторной плотности, дина­мичности, эмоциональности, образовательной и инструк­тивной направленности учебных занятий.
3. Формирование у учащихся навыков и умений само­стоятельных занятий физической культурой.
4. Содержание обучения должно быть научным, доступ­ным, тесно связанным с практикой, систематичным и. по­следовательным.
5. На уроках должна быть обеспечена ак­тивность и сознательность усвоения школьниками учебного материала, в процессе уроков следует оптимально сочетать словесные, наглядные и практические поисковые методы.
6. Обучение должно обеспечить прочность усвоения изучае­мого, единство обучения, воспитания и развития школьни­ков.
7. Комплексный подход к планированию задач урока. Каж­дый учитель физической культуры должен намечать в уро­ке задачи образовательного, воспитательного и развиваю­щего характера.
8. При подборе содержания надо обеспе­чить решение всего круга намеченных задач урока, а не только формирование знаний и умений.
9. Развитие личности школьников. Задача со­стоит в том, чтобы развивающее влияние уроков было еще более нацеленным, осознанным, продуманным, обеспечен­ным методически.
10. Развитие эмоциональной сферы личности, если в ходе уроков умело создавать игровые ситуации, подчеркивать красоту движений, если формировать навыки культуры общения между занимающимися.
11. Физическая культура и спорт содействуют формиро­ванию настойчивости, развитию волевых черт характера. Если на уроках вырабатывать навыки контроля и самокон­троля, самооценки, то такие качества, как самообладание, смелость, быстро развиваются у детей.
12. Следующим важным требованием к современному уроку является оптимальный отбор методов, средств и форм организации обучения. Нет и не мо­жет быть универсального метода обучения. Каждый эф­фективен, если он применяется для решения той задачи, которую тот может решить успешнее, чем другие методы в данном случае, если при выборе метода учитывать особен­ности содержания урока, возможности учеников и самого учителя.
13. На современном уроке следует поднять на более вы­сокий уровень дифференциальный подход к ученику в про­цессе обучения.
14. Современный урок отличается более высокими требованиями к условиям, в которых он протекает, причем ко всему комплексу этих условий - к учебно-материальным, гигиеническим, эстетическим, морально-психологическим.
15. На уроке должны быть обеспечены и благоприятные морально-психологические условия, которые в первую очередь зависят от общей педагогической культуры учителя, от характера общения учителя и учеников, от соблюдения педагогического такта, предупредительности в отношении к школьникам, чтобы не допустить у них состояния тревожности, напряженности и т. п.

**Критерии современного урока по физической культуре**

1. Урок должен соответствовать социальному заказу общества.
2. На уроке, деятельность учителя и ученика, должна осуществляться с учетом передовой педагогической практики и достижений психолого-физиологической науки.
3. Каждый урок должен иметь ясную целевую направленность (на какой результат действия: научить, овладеть, усвоить, развить, воспитать, формировать и т.д.).
4. Правильная постановка и решение комплекса взаимосвязанных образовательных и оздоровительных задач.
5. Прогнозирование уровня усвоения учащимися предлагаемого учебного материала, формирование умений и навыков, как на уроке в целом, так и отдельных его частях.
6. Совершенная структура урока.
7. Выбор наиболее рациональных методов, способов и средств обучения, стимулирования контроля, оптимального воздействия их в каждой части урока.
8. Комплексный подход к организации учебного процесса.
9. Активизация познавательной деятельности учащихся, развитие их инициативы и творчества.
10. Изменение соотношения функций учителя и учащихся в учебной деятельности.
11. Соотношение реального, эмоционального и психологического климата на уроке.
12. Межпредметная и оперативная - обратная связь на уроке.
13. Высокий, но посильный темп на уроке.
14. Наличие научной организации труда учителя и ученика.
15. Создание необходимых материально-технических условий для проведения урока

**СТРУКТУРА УРОКА**  
***Вводная часть****- 5-10 мин.*

***Задачи***: организовать учащихся, создать мотивацию урока, подготовить организм занимающихся к предстоящей физической нагрузке и выполнению упражнений для решения основных образовательных задач урока.  
***Содержание***: элементы строя, гимнастические построения, ходьба в сочетании с дополнительными движениями рук, ног, туловища, бег, прыжки, общеразвивающие и тан­цевальные, специальные, подводящие и подготовительные упражнения, игры.  
В начале вводной части учитель создает мотивацию урока. Надо стремиться создать у занимающихся бодрое настроение и подготовить их к лучшему выполнению упражнений.  
Упражнения подбираются такие, которые в сумме обеспечивают разностороннее влияние на организм. Учитель включает различные построения учащихся, уделяя максимальное внимание строевой подготовке, осанке, выправке школьников, а также четкости выпол­нения ими всех команд. Желательно применение различного мелкого инвентаря, полос препятствий, использование игровых ситуаций, что повышает у детей интерес и вызывает положительные эмоции.  
В старших классах целесообразно повышать интенсивность вводной части урока, включая в нее упражнения для развития выносливости, силы, скоростно-силовых качеств, гибкости, а также придавая ей в отдельных случаях тренировочный характер.  
Общеразвивающие упражнения применяются как средства общей подготовки и как подводящие к тем видам, которые будут изучаться в основной части. Подводящие упражнения обычно проводятся в конце вводной части урока.  
Игры применяются, как правило, организующие, с элементами строя, не вызывающие резкого возбуждения. Частично вводная часть урока может быть использована для изучения нового материала. Во вводную часть урока лыжной подготовки, как правило, входят: построение, организованный переход и передвижение на лыжах к месту занятий, общеразвивающие упражнения, "разогревание" организма детей путем проведения игр или произвольного передвижения на лыжах. Не следует затягивать вводную часть урока.  
***Основная часть*** - 25-30 мин.

***Задачи***: решение основных задач урока - изучение нового, повторение с целью совершенствования в выполнении пройденного материала, овладение учащимися двигательными умениями и навыками, развитие физических ка­честв, воспитание нравственных и волевых качеств.  
***Содержание***: общеразвивающие, специальные, подво­дящие, подготовительные упражнения; ходьба, бег, метание, прыжки, лазание и перелазание, висы, акробатиче­ские упражнения, равновесие, игры с большой подвижностью и др.  
В основную часть урока может быть включен любой материал из программы данного класса.  
В основной части урока, где решаются главные задачи, учитель старается обеспечить достаточно высокий вровень физической нагрузки и максимально использовать все имеющиеся возможности и условия, педагогические средства и учебные пособия для повышения результатов процесса обучения и воспитания. Поэтому следует заранее продумать организацию этой части, подготовить оборудование, инвентарь и технические средства обучения избрать соответствующую организационно-методическую форму, дать дополнительные задания отдельным ученикам в зависимости от их физической подготовленности в освоении видов упражнений.  
Например, упражнения, связанные с точностью движений, сложной координацией, проявлением ловкости и скорости, следует осваивать, как правило, в начале основой части, а упражнения на силу и выносливость - в конце. Быстрота - 15-20 мин. Ловкости - 20-25 мин. Сила и выносливость - 25-30 мин. Гибкость - в заключительной части урока.  
По большинству видов физических упражнений в основной части урока учитывается степень усвоения учащимися пройденного материала. При этом вначале осуществляется подготовка к выполнению упражнений, а потом проводится учет знаний, умений, навыков.  
***Заключительная*** часть - 3-5 мин.

***Задачи***: обеспечить постепенный переход от напряжения и возбуждения, вызванных занятиями во второй части урока, к относительно спокойному состоянию: подвести итоги урока, проверить степень овладения двигательными навыками в основной части урока, дать задание на дом, организованно перейти к новым действиям.  
***Содержание***: построение, ходьба, ритмические и танцевальные движения, дыхательные упражнения, спокойные игры, заключительное слово учителя, задание на дом.  
Значительную часть урока учитель использует главным образом для того, чтобы постепенно снизить уровень физического и эмоционального, психического возбуждения школьников. При этом важно кратко подвести, итоги урока и в обязательном порядке дать учащимся домашние задания для самостоятельных занятий дома или в группе продленного дня. Постепенный переход к относительно спокойному состоянию достигается путем применения простых построений, ходьбы, ритмических и глубоких дыхательных упражнений, спокойных игр.

**ТИПЫ УРОКОВ**  
Основой для выделения типов уроков является направленность дидактических задач. Выделяют пять типов уроков: вводный, изучение нового материала, совершенствование пройденного, контрольный (учетный) и смешанный.  
Для каждого типа в соответствии с возрастными возможностями учащихся характерны особенности структуры, приемы организации и обеспечения активной деятельности учащихся.  
***Вводный урок*** проводится для ознакомления учащихся с задачами учебной работы на длительный период (год, четверть, серию уроков) и с требованиями, которые к ним будут предъявляться. Сообщаются теоретические сведения наиболее общего характера. Одновременно выявляются особенности класса и готовность учащихся к освоению нового материала. Вводные уроки, как правило, частично или полностью проводятся с выполнением физических упражнений.

В 1 классе большое внимание уделяется обучение подготовке к уроку и правилам поведения на нем. Может быть проведена экскурсия по спортивной базе школы. Подготовленность, активность и дисциплинированность учеников целесообразно выявить с помощью известных подвижных игр. На этих же уроках можно провести проверку физической подготовленности с помощью установленных тестов.  
Задача на таком уроке ставится так, чтобы пробудить интерес к новому, раскрыть перспективы. Ее постановка может сопровождаться сообщением теоретических сведений и демонстрацией движения.  
Каждое из подготовительных и подводящих упражнений, включаемых в комплекс общеобразовательных упражнений, рассчитано на создание наиболее правильного представления о новом двигательном действии. Двигательная, энергетическая разминка, как правило, не характерна для этого урока. Решение основной задачи урока предельно приближается к его началу, когда учащиеся не утомлены и внимательны. Вводная и основная части неразрывно связаны как нечто единое.  
Организация учеников должна быть преимущественно фронтальной с одновременной, посменной или поточной работой в спокойном темпе. Это обеспечивает наилучшее управление и контроль за учащимися при первоначальном разучивании действий. Условия выполнения упражнений дифференцируются.

***Изучению нового материала***весь урок не посвящается. В соответствии с требованиями разностороннего влия­ния урока в конце основной части переключаются на другой вид физических упражнений, например, для развития силы или выносливости.

В заключительной части урока необходимо вновь вернуться к главной задаче, провести опрос по изученному материалу, дать домашнее задание.

***Урок совершенствования*** изученного направлен на углубленное изучение техники, на закрепление пройденного в ложных условиях или на специальное развитие двигательных качеств с помощью изученного материала. Задача определяется кратко, так как учащиеся уже подготовлены к ее восприятию. Вводная часть более чем в предыдущих типах уроков, подчинена задаче функциональной подготовки организма к интенсивной работе. Широко используется бег в разном темпе, упражнения, требующие быстрой реакции и переключения внимания. Для совершенствования техники движения удобен групповой метод организации, при специальной работе над двигательными качествами используется круговой метод. Освоенные упражнения включаются в различные полосы препятствий; комбинированные упражнения, эстафеты, игры можно проводить в виде соревновании. Широко применяются задания о выборе способа действия. Двигательная плотность урока обычно выше, чем в других типах.

В заключительной части урока требуется относительно большая затрата времени для снижения нагрузки, вос­становления глубокого, ритмичного дыхания.

***Контрольный урок*** предназначен для подведения итогов обучения теме или целому разделу программы. Оцениваются все или большинство учеников. В уроке создаются условия, при которых учащиеся наилучшим образом про­явят свою подготовленность: специальная разминка, опробование снарядов, пробные попытки и т. д.

Главным итогом урока должно быть понимание каждым учащимся того, за что он получил ту или иную оцен­ку и каковы для него пути повышения успеваемости.

***Смешанный урок*** содержит примерно в равной пропорции элементы уроков других типов. В нем могут объединяться две-три разные задачи, каждая из которых требует особой подготовки занимающихся. Поэтому, помимо вводной части, обеспечивающей общую подготовку учеников, в основной части может быть проведена специальная небольшая подготовка непосредственно перед решением очередной задачи.

Задачи, связанные с обучением новому материалу, с детальным разучиванием техники и с выполнением упражнения на оценку, решаются раньше, чем задачи по закреплению пройденного. Развитие равновесия, быстроты, лов­кости планируется до заданий по развитию силы и выносливости.

|  |
| --- |
|  |

**СХЕМА СОСТАВЛЕНИЯ ОТЧЕТА ПО ПРАКТИКЕ**

**Оценочный лист по практике пробных уроков (образец на сайте колледжа)**

**Аттестационный лист по практике пробных уроков студента \_\_\_\_ группы специальности «Физическая культура»**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** (ФИО студента)

прошёл производственную практику по профессиональному модулю: ПМ 01. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам в объёме ***\_\_\_\_\_\_\_\_\_ часов* с \_\_\_\_\_\_\_\_\_ по \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** года в образовательной организации \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Вид ПК (профессиональной компетенции)** | **Основные показатели проявления компетенций** | Качество сформированности ПК  **(отметка)** |
| **ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать уроки** | - Определение цели и задач урока в соответствии с его местом в системе уроков по учебному предмету, в зависимости от типа, темы, конкретных условий обучения;  - Наличие в конспекте урока фактов учета особенностей возраста, класса, отдельных обучающихся;  - Демонстрация умения анализировать учебно-тематические планы на предмет их соответствия ФГОС. |  |
| **ПК 1.2. Проводить (уроки) учебные занятия по физической культуре** | - Демонстрация умения организовывать и проводить уроки по предмету физическая культура в школе в соответствии с требованиями методики преподавания  - Демонстрация умения проводить индивидуальную работу с обучающимися на уроке по предмету физическая культура в школе  - Использование технических средств обучения, оборудование и инвентарь в организации и проведении уроков по предмету физическая культура в школе в соответствии с требованиями СанПин и техники безопасности  - Демонстрация умения устанавливать педагогически целесообразные отношения с обучающимися в соответствии с требованиями гуманной педагогики |  |
| **ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты обучения** | - Демонстрация умения оценивать результаты учебной деятельности школьников на уроке с выставлением поурочного балла;  - Отбор контрольно-измерительных материалов для диагностики уровня развития универсальных и предметных компетенций у школьников в соответствии с особенностями возраста, класса и отдельных обучающихся;  - Демонстрация умения интерпретировать результаты диагностики учебных достижений обучающихся в соответствии с требованиями ФГОС;  - Разнообразие форм и методов проведения диагностики процесса и результатов обучения школьников |  |
| **ПК 1.4. Анализировать уроки** | - Проведение анализа и самоанализа урока на предмет соответствия содержания, методов и средств обучения, поставленным целям и задачам, степени их выполнения;  - Демонстрация умения вносить методически обоснованные предложения по совершенствованию и коррекции процесса обучения в соответствии с результатами наблюдения |  |
| **ПК 1.5. Вести документацию, обеспечивающую обучение по программам физкультурного образования** | - Написание плана-конспекта в соответствии с требованиями к его оформлению;  - Оформление классного журнала в соответствии с требованиями к его ведению;  - Проверка и заполнение дневников обучающихся в соответствии с требованиями к их оформлению |  |
|  | **Аттестация по итогам производственной практики** (отлично, хорошо, удовлетворительно): |  |

Руководитель практики от образовательной организации (учитель ФК) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Руководитель практики от колледжа: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Печать школы

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Вид ПК (профессиональной компетенции)** | **Основные показатели проявления компетенций** | Качество сформированности ПК  **(зачёт/незачёт)** |
| **ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать уроки** | - Определение цели и задач урока в соответствии с его местом в системе уроков по учебному предмету, в зависимости от типа, темы, конкретных условий обучения;  - Наличие в конспекте урока фактов учета особенностей возраста, класса, отдельных обучающихся;  - Демонстрация умения анализировать учебно-тематические планы на предмет их соответствия ФГОС. |  |
| **ПК 1.2. Проводить (уроки) учебные занятия по физической культуре** | - Демонстрация умения организовывать и проводить уроки по предмету физическая культура в школе в соответствии с требованиями методики преподавания  - Демонстрация умения проводить индивидуальную работу с обучающимися на уроке по предмету физическая культура в школе  - Использование технических средств обучения, оборудование и инвентарь в организации и проведении уроков по предмету физическая культура в школе в соответствии с требованиями СанПин и техники безопасности  - Демонстрация умения устанавливать педагогически целесообразные отношения с обучающимися в соответствии с требованиями гуманной педагогики |  |
| **ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты обучения** | - Демонстрация умения оценивать результаты учебной деятельности школьников на уроке с выставлением поурочного балла;  - Отбор контрольно-измерительных материалов для диагностики уровня развития универсальных и предметных компетенций у школьников в соответствии с особенностями возраста, класса и отдельных обучающихся;  - Демонстрация умения интерпретировать результаты диагностики учебных достижений обучающихся в соответствии с требованиями ФГОС;  - Разнообразие форм и методов проведения диагностики процесса и результатов обучения школьников |  |
| **ПК 1.4. Анализировать уроки** | - Проведение анализа и самоанализа урока на предмет соответствия содержания, методов и средств обучения, поставленным целям и задачам, степени их выполнения;  - Демонстрация умения вносить методически обоснованные предложения по совершенствованию и коррекции процесса обучения в соответствии с результатами наблюдения |  |

Образец отчёта по педагогической практике находится на сайте колледжа, вкладка – студенту очного отделения – документация.