

Сумський державний педагогічний університет імені А.С. Макаренка  
Навчально-науковий інститут фізичної культури  
Кафедра теорії і методики фізичної культури



**Робоча програма з виробничої (педагогічної)  
практики в загальноосвітніх навчальних  
закладах**

Галузь знань: 01 Освіта/Педагогіка

Спеціальність: 014 Середня освіта (Фізична культура)

Освітньо-професійна програма: Середня освіта (Фізична культура)  
другий (магістерський) рівень Мова навчання: українська

Погоджено науково-методичною  
комісією

Навчально-наукового інституту  
фізичної культури

«30» серпня 2018 р.

Голова: Міщенко О.В., к. фіз. вих.,

доц. Міщенко

Суми - 2018

Розробники:

Гвоздецька Світлана Володимирівна, к. фіз. вих., доцент


Робоча програма розглянута і схвалена на засіданні кафедри

Теорія і методика фізичної культури

Протокол № 1 від « 30 » серпня 2014 р.

Завідувач кафедри:

Томенко Олександр Анатолійович

д. фіз. вих., професор \_\_\_\_\_ 

**Опис виробничої (педагогічної) практики в загальноосвітніх навчальних закладах**

Найменування показників	Освітній ступінь	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 9	<b>Магістр</b>	Обов'язкова	
Загальна кількість годин – 270		Рік підготовки:	
		1-й	1-й
		Семестр	
		3-й	3-й
		270 год.	270 год.
		Вид контролю: <b>диференційований залік</b>	

## **1. Мета виробничої (педагогічної) практики в загальноосвітніх навчальних закладах**

Практика є частиною системи професійної підготовки спеціалістів з фізичної культури. Вона дає можливість поєднати теоретичні знання, набуті студентами під час навчання у ЗВО та їх практичну діяльність з виконанням обов'язків викладача фізичного виховання у загальноосвітніх навчальних закладах.

Діяльність студентів під час проходження практики є аналогом професійної роботи викладача, адекватна змісту і структурі педагогічної діяльності, організовується в реальних умовах загальноосвітніх навчальних закладів. Вона характеризується тим же розмаїттям стосунків (з учнями, батьками) і функцій, що й діяльність викладача, тому ця практика повинна ґрунтуватися на професійних знаннях, спиратися на певний теоретичний фундамент.

Основною *метою* практики є:

- підготовка до самостійного і творчого виконання основних професійно-педагогічних функцій викладача фізичного виховання у реальному навчально-виховному процесі;
- формування професійних і психологічних якостей особистості майбутнього спеціаліста з фізичної культури відповідно до сучасних вимог щодо працівників сфери педагогічної діяльності;
- формування інтересу у студентів до обраної професії, забезпечення її конкурентоздатності на ринку праці та мобільності, перспектив її кар'єрного зростання впродовж життя.

## **2. Передумови для проходження практики у загальноосвітніх навчальних закладах:**

1. На основі вивчення курсів «Теорія і практика навчання та виховання», «Професійна майстерність викладача фізичного виховання» продовжити ознайомлення магістрів з системою виховної діяльності загальноосвітнього

навчального закладу, розвинути уміння проведення різноманітних форм виховної роботи.

2. Тісний міждисциплінарний зв'язок психології вищої школи з практикою у загальноосвітньому навчальному закладі дає можливість магістрам за допомогою психологічних методів вивчити пізнавальну діяльність учнів, дає загальні орієнтири для аналізу учнівської групи, визначення етапів її розвитку, забезпечення умов ефективності педагогічного спілкування і взаємин з викладачами.

3. Знання роботи фізіологічних систем організму людини дає можливість магістрам спланувати фізичне навантаження на уроках фізичного виховання в період проходження виробничої практики, проведення секційного заняття чи змагання, правильно будувати масові заняття фізичною культурою з метою зміцнення здоров'я та підвищення працездатності.

4. Визначення та запровадження наукових принципів, засобів формування мотиваційних стимулів у різних верств населення до зміцнення здоров'я засобами фізичної культури і спорту, розробка фізкультурно-оздоровчих програм для різних вікових груп населення, запровадження системи соціологічних досліджень серед різних груп населення – всі ці знання для магістрів дає «Теорія і методика фізичного виховання», «Методика викладання фізичного виховання у закладах вищої освіти», «Теорія фізичної культури, фізичного виховання різних груп населення», які вони використовують для підготовки та проведення уроків фізичного виховання у закладах професійно-технічної освіти, ліцеях, коледжах, під час проходження виробничої практики.

### **3. Результати проходження виробничої (педагогічної) практики в загальноосвітніх навчальних закладах**

<b>Знання</b>	<b>ЗК 1.</b> Здатність навчатися протягом усього життя в контексті	<b>ПРН 6.</b> Володіє навичками аналізу систематизації та оцінки передового педагогічного досвіду фізичного виховання студентів для
---------------	--	---

	<p>неперервної фахової підготовки, вдосконалювати й розвивати свій інтелектуальний і загальнокультурний рівень з високим рівнем самостійності.</p>	<p>подальшого використання на практиці його найкращих напрацювань і основних концепцій, включаючи можливість бути наставником молодших колег у вдосконаленні викладацької майстерності.</p> <p><b>Методи навчання:</b>          пояснювально-ілюстративний, репродуктивний, частково-пошуковий  <i>(розповідь, пояснення, вказівки, демонстрація, роздатковий матеріал)</i></p> <p><b>Методи оцінювання:</b>          усне опитування, письмове опитування, практична перевірка,  <i>(заліковий урок, оцінка практичного завдання)</i></p>
	<p><b>ЗК 2.</b> Здатність виявляти широке коло проблем, ставити мету та обирати ефективні шляхи її досягнення шляхом розуміння їх функціональних основ та використання як теоретичних, так і експериментальних методів.</p>	
	<p><b>ЗК 5.</b> Здатність проявляти психолого-педагогічні вміння.</p>	
	<p><b>ФК 1.</b> Здатність формувати розуміння теоретико-методичних основ фізичного виховання, технологій розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей, гігієнічних основ діяльності у сфері фізичної культури.</p>	
	<p><b>ФК 6.</b> Здатність до аналізу, систематизації та оцінки передового педагогічного</p>	

	<p>досвіду фізичного виховання студентів для подальшого використання на практиці його найкращих напрацювань і основних концепцій, включаючи можливість бути наставником молодших колег у вдосконаленні викладацької майстерності.</p>	
<p><b>Уміння</b></p>	<p><b>ЗК 3.</b> Здатність здійснювати пошук, аналіз і оцінку інформації (у т.ч. за допомогою інформаційно-комунікаційних технологій), необхідної для постановки і вирішення професійних завдань, професійного та особистісного розвитку.</p> <p><b>ФК 3.</b> Здатність застосовувати сучасні методи й освітні технології у фізичному вихованні для формування професійно важливих фізичних і психофізичних якостей у представників різних спеціальностей для</p>	<p><b>ПРН 11.</b> Володіє різномантними методичними прийомами, що активізують пізнавальну діяльність учнів.</p> <p><b>Методи навчання:</b> пояснювальний-ілюстративний, репродуктивний, прооблемного викладення, частково-пошуковий (<i>розповідь, пояснення, вказівки, демонстрація</i>)</p> <p><b>Методи оцінювання:</b> усне опитування, письмове опитування, практична перевірка, презентація результатів виконаних завдань (<i>оцінка практичного завдання, перевірка звітної документації</i>)</p> <p><b>ПРН 3.</b> Володіє сучасними методами та інноваційними освітніми технологіями для формування професійно важливих фізичних і психофізичних якостей у представників різних спеціальностей та реалізації професійно орієнтованої моделі організації фізичного виховання учнів.</p> <p><b>Методи навчання:</b></p>

	<p>реалізації професійно орієнтованої моделі організації фізичного виховання учнів та студентів.</p>	<p>пояснювально-ілюстративний, репродуктивний, частково-пошуковий (<i>пояснення, дискусії, фото-і кіно-демонстрація, демонстрація таблиць, схем</i>)</p>
	<p><b>ФК 4.</b> Здатність оцінювати зміни функціонального стану учнів та студентів в процесі фізичного виховання.</p>	<p><b>Методи оцінювання:</b> усне опитування, письмове опитування, проблемного викладення, презентації результатів виконаних завдань (<i>дискусія, , презентації, спостереження,</i></p>
	<p><b>ФК 5.</b> Здатність до виконання посадових обов'язків викладача, володіння педагогічним тактом та високими моральними якостями, здатність застосовувати сучасні методики і освітні технології з метою забезпечення якості навчально-виховного процесу у закладах середньої та вищої освіти.</p>	<p><i>самоспостереження, узагальнення незалежних характеристик)</i> <b>ПРН 4.</b> Володіє сучасними методами оцінювання змін функціонального стану людини в процесі занять з фізичного виховання. <b>Методи навчання:</b> пояснювально-ілюстративний, репродуктивний, частково-пошуковий (<i>розповідь, пояснення, вказівки, демонстрація, роздатковий матеріал</i>) <b>Методи оцінювання:</b> усне опитування, письмове опитування, практична перевірка,</p>
	<p><b>ФК 8.</b> Здатність організовувати спортивно-масові заходи для досягнення нормального рівня здоров'я, оптимального фізичного стану та кондицій осіб різного віку (у тому числі з відхиленнями стану</p>	<p>(<i>усне опитування, аналіз, оцінка практичного завдання</i>) <b>ПРН 5.</b> Демонструє знання методики підготовки і проведення лекцій та практичних занять, організації самостійної і роботи студентів, сучасної системи оцінювання їх знань, педагогічний такт і, як результат, вміння виконувати посадові обов'язки викладача. <b>Методи навчання:</b></p>



	здоров`я).	<p>пояснювальний-ілюстративний, репродуктивний, проблемного викладення, частково-пошуковий (<i>розповідь, пояснення, вказівки, демонстрація, роздатковий матеріал</i>)</p> <p><b>Методи оцінювання:</b> усне опитування, письмове опитування, практична перевірка, (<i>усне опитування, аналіз, оцінка практичного завдання</i>)</p> <p><b>ПРН 7.</b> Вміє організовувати процес фізичного виховання відповідно Державного стандарту базової і повної загальної середньої освіти, підбирати адекватні засоби та форми занять з учнівською молоддю відповідно до вікових, статевих, морфофункціональних показників учнів і рівня їх підготовленості, конструювати і виявляти оптимальні методи навчально-виховної, фізкультурно-оздоровчої роботи з учнями в умовах освітніх закладів.</p> <p><b>Методи навчання:</b> пояснювальний-ілюстративний, репродуктивний, частково-пошуковий (<i>розповідь, пояснення, бесіда, демонстрація, роздатковий матеріал</i>)</p> <p><b>Методи оцінювання:</b> усне опитування, практична перевірка, (<i>оцінка практичного завдання</i>)</p>
<b>Комунікація</b>	<b>ЗК 7.</b> Здатність ефективно формувати комунікативну стратегію, мати навички роботи в	<p><b>ПРН 12.</b> Вміє розробляти перспективні та оперативні плани й програми шкільних спортивних гуртків та секцій у ЗВО.</p> <p><b>Методи навчання:</b> пояснювальний-ілюстративний,</p>

	команді, цінувати та толерантно сприймати різноманітність думок та мультикультурність.	репродуктивний, прооблемного викладення, частково-пошуковий ( <i>розповідь, пояснення, вказівки, демонстрація</i> ) <b>Методи оцінювання:</b> усне опитування, письмове опитування, практична перевірка, презентація
<b>Автономія та відповідальність</b>	<b>ЗК 1.</b> Здатність навчатися протягом усього життя в контексті неперервної фахової підготовки, вдосконалювати й розвивати свій інтелектуальний і загальнокультурний рівень з високим рівнем самостійності.	

#### 4. Критерії оцінювання результатів практики

Основними вимогами якісного оцінювання педагогічної практики студентів є критерії комплексного оцінювання базових дисциплін освітнього рівня «Магістр»:

- 1) повнота та якість виконання плану практики;
- 2) ставлення до професійної діяльності (творчий підхід до виконання заавдань, прагнення оволодіти професійними вміннями та навичками, рівень активності, самостійності, стиль взаємовідносин);
- 3) повнота та правильність оформлення звітної документації;
- 4) характеристика та оцінка діяльності безпосереднім керівником практики;
- 5) сукупність нових знань, умінь та навичок, отриманих магістром під час проходження практики та відображених у звітній документації.

На захисті методист надає словесну характеристику магістру про рішення завдань та сумлінне ставлення до практики.

Відповідно до характеристики методиста, якості оформлення поданих документів, представлення презентації, змістовності відповідей на запитання членів комісії визначається **підсумкова оцінка** діяльності магістра-практиканта.

Кількість балів	Критерії оцінювання результатів навчання
90-100	Оцінка «відмінно». Магістр володіє сучасними методами та інноваційними технологіями для формування професійно важливих фізичних і психофізичних якостей у представників різних спеціальностей та реалізації професійно орієнтованої моделі організації фізичного виховання учнів. Студент має системні знання, виявляє здатність приймати творчі рішення, самостійно розвиває власні обдарування і нахили, вміє самостійно здобувати знання, підвищувати рівень умінь і навичок, що дає змогу показувати вправи на рівні вище середньої межі високого нормативу. Вільно володіє програмним матеріалом з фізичної культури загальноосвітнього навчального закладу. Уроки фізичної культури проводить на високому професійному рівні. Документація складена без помилок. Всі вимоги щодо практики виконані у повному обсязі. На захист представлені доповідь та презентація.
82-89	Оцінка «добре». Студент володіє узагальненими знаннями з практики, вільно висловлює власні думки, визначає програму особистої пізнавальної діяльності без допомоги викладача, знаходить джерела інформації та використовує одержані відомості відповідно до мети та завдань виробничої практики. Показує вправи на рівні середньої межі високого нормативу.

	<p>Володіє програмним матеріалом з фізичної культури загальноосвітнього навчального закладу. Уроки з фізичної культури проводить на середньому рівні. Документація складена у повному обсязі, але допущені незначні помилки у заповненні документів планування. На захист представлені доповідь та презентація.</p>
74-81	<p>Оцінка «добре». Студент володіє глибокими, міцними знаннями, здатний використовувати їх у нестандартних ситуаціях. Виявляє творчі здібності, самостійно визначає окремі цілі власної пізнавальної діяльності, знаходить джерела інформації та самостійно використовує їх при вирішенні поставлених завдань. Вільно володіє спортивною термінологією. Уроки фізичної культури проводить на достатньому рівні. Документація складена у повному обсязі. На захист представлені доповідь та презентація.</p>
64-73	<p>Оцінка «задовільно». Студент виявляє знання і розуміння основних положень навчального матеріалу, може відтворити значну частину теоретичного матеріалу, за допомогою вчителя або викладача може його аналізувати, порівнювати та робити висновки, здатний виконувати технічноо правильно вправи під час проведення уроків з фізичної культури, володіє показом на рівні середньої нормативної вимоги. Уроки з фізичної культури проводить на рівні нижче за середній. Документація складена у повному обсязі з помилками при складанні планів-конспектів. На захист представлені доповідь та презентація.</p>
60-63	<p>Оцінка «задовільно». Студент знає близько половини навчального матеріалу, здатний відтворювати його не в повному обсязі. Студент здатний дати визначення понять, але допускає помилки. За допомогою викладача може відтворювати його</p>

	значну частину. Рівень умінь і навичок дає змогу виконувати практичні дії на рівні межі нормативної вимоги. Документація складена не в повному обсязі. Допущені значні помилки у заповненні документів планування. На захист представлені доповідь та презентація.
35-59	Оцінка «незадовільно». Студент володіє навчальним матеріалом на дуже низькому рівні елементарного розпізнавання, володіє незначною частиною навчального матеріалу, здійснює зв'язок практики з теорією на дуже низькому рівні або ж за допомогою викладача фізичного виховання. Документація складена не в повному обсязі, допущені значні помилки при її заповненні. Не підготовлена презентація практики.
1-34	Оцінка «незадовільно». Студент володіє навчальним матеріалом на рівні елементарного розпізнавання і відтворення окремих фактів, елементів, об'єктів. Фрагментарно відтворює незначну частину навчального матеріалу, має поверхневі уявлення про об'єкт вивчення, виявляє здатність висловлювати думки на елементарному рівні. Здатен практичний матеріал програми з фізичної культури виконати за допомогою викладача, здійснює зв'язок практики з теорією на низькому рівні. Документація складена не в повному обсязі. Допущені значні помилки у заповненні документів планування. На захист не представлені доповідь та презентація.

### Розподіл балів

Поточний контроль				Сума
Т 1	Т 2	Т 3	Т 4	100
30	10	30	30	

Т 1, Т 2 – номери атестаційного листа

**Атестаційний лист**  
**з виробничої педагогічної практики у загальноосвітніх навчальних**  
**закладах**

магістра \_\_\_\_\_

2 курсу Навчально-наукового інституту фізичної культури

№ п/п	Методисти	Рекомендовано балів	Оцінка	Підпис
1.	Викладач фізичного виховання	30		
2.	Куратор (майстер) групи – характеристика на студента	10		
Директор навчального закладу				
Підпис			Печать	
3.	Документація (методист з фаху)	30		
4.	Презентація (відп. методист)	30		
Підсумкова оцінка (відповідальний методист)		100		

**Шкала оцінювання: національна та ECTS**

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою для екзамену, заліку, курсового проекту (роботи) практики
		90-100
82-89	B	Добре
74-81	C	
64-73	D	
60-63	E	Задовільно
35-59	FX	
1-34	F	Незадовільно з обов'язковим повторним складанням
		Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

**5. Засоби діагностики результатів практики**

Засобами оцінювання та методами демонстрування результатів практики визначено:

1. Бесіду й опитування.
3. Перевірку розробок і матеріалів виробничої практики.
4. Спостереження й аналіз професійної діяльності студента.
6. Звіт про проходження практики.
7. Доповідь та презентацію результатів виробничої практики.

### **6. Організація та керівництво практикою**

Відповідальність за організацію, проведення і контроль практики покладається на ректорат університету. Керівник практики університету – здійснює загальну організацію практики та контроль за її проведенням в університеті та підпорядкований ректору або проректору з науковопедагогічної роботи (відповідно до рішення керівника навчального закладу). Навчально-методичне керівництво і виконання програм практик забезпечує Навчально-науковий інститут фізичної культури. До керівництва виробничою практикою студентів залучається професорсько-викладацький склад кафедри теорії і методики фізичної культури.

Методисти практики від кафедри організують процес її проходження студентами, надають необхідну документацію, консультації, здійснюють контроль практики, оформлення звітів студентами та приймають звітну документацію.

Керівник практики зобов'язаний: забезпечити проведення всіх організаційних заходів перед початком практики, узгодити з базами практики строки та порядок її проходження й обліковий склад студентів-практикантів; підготувати проект про направлення студентів на практику, в якому вказуються: місце проходження практики, прізвище, ім'я, по батькові студентів-практикантів, термін практики, дата захисту матеріалів практики, відповідальні методисти; - провести інструктаж про порядок проходження практики, ознайомити студентів з метою, завданнями, змістом, планом і календарним графіком практики; - видати студентам-практикантам необхідні документи для проходження практики (направлення, щоденник тощо); - ознайомити студентів із системою звітності з практики, порядком

оформлення матеріалів практики; вести постійний контроль за проходженням практики; брати участь під час захисту матеріалів практики; підготувати письмовий звіт про проведення практики із зауваженнями і пропозиціями щодо її поліпшення та відомість про підсумки практики студентів та доповідати про це на засіданні кафедри. Методисти мають такі обов'язки: у тісному контакті з керівником практики забезпечити високу якість її проходження згідно з робочою програмою; контролювати забезпечення нормальних умов праці і побуту студентів та проведення з ними обов'язкових інструктажів з охорони праці і техніки безпеки; систематично надавати допомогу студентам у вирішенні питань, що виникають під час проходження практики; здійснювати поточний контроль за роботою студентів-практикантів і дотриманням ними правил внутрішнього трудового розпорядку, охорони праці, техніки безпеки та виробничої санітарії за місцем проходження практики; повідомляти дирекцію Інституту про допущені практикантом порушення; перевірити матеріали практики, підготовлені студентами за результатами її проходження, та оцінити їх; брати участь у роботі конференції під час захисту звітів про практику тощо.

**Права та обов'язки студентів-практикантів.** Студенти-практиканти зобов'язані: до початку практики одержати від керівника практики, методистів робочу програму практики, консультації щодо оформлення всіх необхідних документів; своєчасно прибути на базу практики; у повному обсязі виконувати всі завдання, передбачені програмою практики і вказівками її керівників; вивчити і суворо дотримуватись правил охорони праці, техніки безпеки і виробничої санітарії; нести відповідальність за виконану роботу; зібрати та опрацювати матеріали для написання звіту про проходження практики; своєчасно подати звітну документацію та захистити звіт про проходження практики.

## **7. Вимоги до баз практики**

Практика студентів проводиться на заздалегідь визначених базах, що забезпечують виконання програми на високому професійному рівні.



Бази практик обираються на основі високих показників фізичної підготовленості учнів, особистісних якостей і професійної підготовки викладачів фізичного виховання та керівників фізичного виховання, а також за наявності відповідної матеріально-технічної бази.

Студенти можуть самостійно, з дозволу кафедри ТМФК, підбирати для себе місце проходження практики і пропонувати його для використання. У цьому випадку студент повинен подати на розгляд кафедри заяву для проходження практики та подання з базового закладу, в якому адміністрація бази практики гарантуватиме створення необхідних умов для виконання студентом програми практики.

Практика триває 4 тижні. Протягом першого тижня студенти знайомляться з організаційною, навчально-методичною, спортивною і фізкультурно-оздоровчою та виховною роботою закладу. Перше заняття студенти спостерігають і виступають в ролі помічника, а з другого тижня – проводять самостійно. Починаючи з другого тижня виробничої практики студенти проводять заняття за розкладом, наперед готуючи плани-конспекти та іншу документацію. Кожен студент-практикант прикріплюється до однієї групи. Вся звітна документація ведеться відповідно до цієї групи. Для проходження студентами практик пропонуються наступні заклади:

№ п/п	Назва закладу	Договір
1.	ДНЗ Сумський хіміко-технологічний центр ПТО	Договір № 132 від 07.09.2017 до 07.09.2020.
2.	Машинобудівний коледж Сумського державного університету	Договір № 133 від 06.09.2018 до 06.09.2020.
3.	Сумський медичний коледж	Договір № 137 від 06.09.2018 до 06.09.2020.
4.	ДПТНЗ Зноб-Новгородський ПАЛ	Договір № 140 від 06.09.2018 до 06.09.2020.
5.	ППО ДНЗ Охтирський центр ПТО	Договір № 144 від 06.09.2018 до 06.09.2020.
6.	Путивльський коледж СНАУ	Договір № 145 від 06.09.2018 до 06.09.2020.
7.	Гадяцький коледж	Договір № 164 від 27.09.2018 до

	культури і мистецтв імені І. П. Котляревського	27.09.2020.
8.	ДПТНЗ Сумський центр ПТО з дизайну та сфери послуг	Договір № 169 від 07.09.2017 до 07.09.2020
9.	Сумський коледж економіки і торгівлі	Договір № 177 від 04.10.2018 до 04.10.2020.
10.	Сумський будівельний коледж	Договір № 179 від 04.10.2018 до 04.10.2020.
11.	Лебединський педагогічний коледж	Договір № 182 від 04.10.2018 до 04.10.2020.

## **8. Вимоги до змісту практик**

Підготовка до проходження практик студентами Навчально-наукового інституту фізичної культури проводиться заздалегідь. Проведенню практик передують заходи: складаються списки загальноосвітні навчальних закладів, де планується проходження практик, листи до директорів шкіл із проханням прийняти студентів на практику, узгоджується термін проходження практик, розробляються атестаційні листи на кожного студента, друкуються «Робочі зошити з практики» та методичні рекомендації для оформлення звітної документації. За кожним закладом закріплюється методист з фаху, який надає студенту допомогу методичного характеру, організаційного, контролює хід практики. Для студентів-практикантів організовується консультація з питань практики (щочетверга о 12.30, ауд. 405).

Готуються списки студентів для проходження медичного огляду та оформлюються санітарні книжки.

До початку практики проводиться настановча конференція.

## **9. Перелік залікової документації з виробничої педагогічної практики у загальноосвітніх навчальних закладах**

1. Робочий навчальний план з предмету фізичне виховання.
2. План роботи з фізичної підготовки.
3. Розподіл навчальних годин за елементами програмного матеріалу з фізичного виховання.

4. Поурочно-тематичне планування з предмету фізичне виховання.
5. Плани занять з предмету фізичне виховання.
6. Методична розробка фізкультурно-оздоровчого, спортивно-масового заходу.
7. План роботи спортивної секції у професійно-технічному навчальному закладі.
8. Звіт про проходження педагогічної практики студентом-магістром та презентація.
9. Характеристика на студента-магістра.
10. Щоденник педагогічної практики.
11. Атестаційний лист магістра-практиканта.

**9.1. Робочий навчальний план з предмету фізичне виховання – принести в родрукованому вигляді.**

[aleon.io.ua/s828543/robocha\\_navchalna\\_programa\\_z\\_fizichnoe\\_kulturi](http://aleon.io.ua/s828543/robocha_navchalna_programa_z_fizichnoe_kulturi)

**9.2. План роботи з фізичної підготовки на 20\_\_/20\_\_ н. р.**

№ з/п	Зміст роботи	Термін	Відповідальний
<b>I. Організаційно-навчальна робота</b>			
1.	Планування навчального процесу з фізичної культури (навчальний план, графік навчального процесу, робочий план)	Вересень	
2.	Провести вибори фізоргів груп	Вересень-жовтень	
3.	Організувати і провести звітно-виробничі збори з фізичної культури	Протягом року	
4.	Проводити щомісячно засідання методичної комісії з організаційних питань	Щомісячно	
5.	Організувати заняття для	Протягом року	

	підвищення практичних навичок у проведенні фізкультпауз, хвилин майстрів виробничого навчання, класних керівників		
6.	Оновлення інструктивних, інформаційних фото стендів	Протягом року	
7.	Проведення спортивних вечорів, зустрічі з відомими спортсменами тощо	Протягом року	
<b>II. Методична робота</b>			
1.	Участь у роботі обласних семінарів – практикумів, шкіл передового педагогічного досвіду	Згідно з планом НМЦ ПТО	
2.	Участь у роботі методичної комісії ліцею. Методичні розробки уроків та позакласних заходів	Згідно з планом НМЦ ПТО	
<b>III. Фізкультурно–масова робота</b>			
1.	Організувати і провести роботу спортивних гуртків та секцій	Протягом року	
2.	Розробити Положення про змагання і календарний план проведення спартакіади серед учнів ПТНЗ	Вересень	
3.	Сформувати збірні команди ПТНЗ з різних видів спорту та брати участь у змаганнях обласної Спартакіади «Спорт протягом життя» та міської Спартакіади серед спеціальних та вищих навчальних закладів I –II рівнів акредитації	Вересень – жовтень	
4.	Провести предметний тиждень «Фізична культура і здоров'я»	Лютий	
5.	Проводити оздоровчі екскурсії вихідного дня	Протягом року	
<b>IV. Фізкультурно–оздоровча робота</b>			

1.	Створити групи оздоровчої спрямованості	Вересень	
2.	Провести «Дні здоров'я»	Вересень, травень	
3.	Організувати роботу з учнями віднесеними за станом здоров'я до спеціальної медичної групи.	Жовтень	
4.	Забезпечити проведення поглибленого медичного огляду	Вересень – жовтень	
5.	Організувати проведення профілактичних бесід «За здоровий спосіб життя»	Щомісяця	
6.	Забезпечити проведення оздоровчих заходів у режимі навчального дня	Щоденно	
<b>V. Фінансово–господарська діяльність</b>			
1.	Підтримання стану матеріально – спортивної бази в належному стані	Щоденно	
2.	Придбання спортивного інвентарю	За кошторисом	

### 9.3. Розподіл навчальних годин за елементами програмного матеріалу з фізичної культури

№ п/п	Теми	I курс	II курс	III курс	Після 11 класів	
					1 рік	1,5 року
1	Теорія	2	+	+	2	2
2	Легка атлетика	32	28	10	16	26
3	Гімнастика	14	12	8	6	10
4	Спортивні ігри	16	18	4	8	10
5	Кросова, лижна підготовка	4	4	-	4	6
6	Плавання	4	4	-	6	8
7	Туризм	8	8	-	8	8
8	ППФП	+	+	+	+	+
9	Домашнє завдання	+	+	+	+	+
Разом		80	76	24	50	70

**9.4. Поурочно-тематичне планування з предмету фізична культура**

**Державний навчальний заклад  
Сумське міжрегіональне вище професійне училище**

**Методист**

\_\_\_\_\_ **О.І.Русанова**  
«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

**ПОУРОЧНО-ТЕМАТИЧНЕ  
ПЛАНУВАННЯ  
З ПРЕДМЕТУ ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА  
на 20\_\_-20\_\_ н.р.**

**група № 11 (93 год.)**

**з професії «Електромонтер з ремонту та обслуговування  
електроустаткування»**

**Навчальна програма  
з фізичної культури для професійно-технічних навчальних закладів**

Суми 20\_\_

**Викладач:** П.І.П. викладача, його посада, науковий ступінь.

**Розглянуто і схвалено на засіданні  
методичного об'єднання викладачів  
суспільно-гуманітарних дисциплін  
Протокол № \_\_\_\_ від «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р.  
Голова М.О. \_\_\_\_\_ Н.М. Кривенко**

1. Модуль Футбол – 34 годин
2. Модуль Волейбол – 30 годин
3. Модуль Баскетбол – 29 годин

**Модуль 1. Футбол**  
**Професійно-прикладна фізична підготовка**

№ уроку	Тема та короткий зміст занять	Домашні завдання
1.	Інструктаж з БЖД. Теоретичні відомості. Розвиток футболу в Україні.	Виконати підтягування на перекладині.
2.	Правила техніки безпеки під час вивчення елементів з футболу. Естафети з використанням елементів футболу.	Виконати вправи для м'язів спини.
3.	Інструктаж з БЖД. Правила гри. Навчальна гра. Вправи для розвитку швидкості.	Виконати вправи для м'язів пресу.
4.	Інструктаж з БЖД. Основи техніки та тактики гри в футбол.	Виконати вправи для м'язів ніг.
5.	Інструктаж з БЖД. Пересування: різні поєднання прийомів пересування з технікою володіння м'ячем.	Виконати комплекс вправ для укріплення м'язів спини.
6.	Інструктаж з БЖД. Удари по м'ячу, що летить і котиться, внутрішньою стороною ступні.	Виконати біг в повільному темпі 2000м.
7.	Інструктаж з БЖД. Удари по м'ячу, що летить і котиться, серединою підйому з місця і в русі.	Виконати стрибки зі скакалкою.
8.	Інструктаж з БЖД. Прискорення та ривки з м'ячем. Навчальна гра.	Виконати згинання-розгинання рук в упорі лежачи.
9.	Інструктаж з БЖД. Удари по м'ячу ногою: на точність (у ціль, у ворота, партнеру, що рухається).	Виконати удари м'яча в ціль.
10.	Інструктаж з БЖД. <b>Прийом контрольного нормативу – підтягування на перекладині.</b>	Виконати вправи на увагу.
11.	Інструктаж з БЖД. Зупинки м'яча різними способами.	Скласти комплекс вправ для розвитку верхнього плечового поясу.
12.	Інструктаж з БЖД. Удари по м'ячу головою. Навчальна гра.	Виконати спеціальні вправи футболіста.
13.	Інструктаж з БЖД. Ведення м'яча різними способами на високій швидкості.	Виконати вправи на увагу.



14.	Інструктаж з БЖД. Удари головою в стрибку, удари чолом.	Виконати вправи для м'язів спини.
15.	Інструктаж з БЖД. Ведення м'яча, змінюючи напрямок і ритм руху.	Скласти комплекс вправ для розвитку м'язів пресу.
16.	Інструктаж з БЖД. Обманні рухи. Вкидання м'яча: вдосконалення точності і дальності вкидання м'яча.	Виконати вправи для м'язів спини.
17.	Інструктаж з БЖД. Елементи гри воротаря: техніка ловіння та відбивання м'яча.	Виконати вправи для м'язів пресу.
18.	Інструктаж з БЖД. <b>Прийом контрольного нормативу – стрибки у довжину з місця. Тематичне оцінювання.</b>	Виконати вправи для м'язів ніг.
19.	Інструктаж з БЖД. Елементи гри воротаря: кидків руками та вибивання м'яча ногами, уміння визначати напрямок можливого удару.	Скласти комплекс вправ для розвитку м'язів спини.
20.	Інструктаж з БЖД. Елементи гри воротаря: гра на виходах, швидка організація атаки, керування грою партнерів по обороні.	Виконати вправи для рук.
21.	Інструктаж з БЖД. Індивідуальні дії у нападі. Вправи для розвитку швидко-силових якостей.	Виконати підтягування на перекладині.
22.	Інструктаж з БЖД. Групові дії у нападі. Вправи для розвитку гнучкості.	Виконати вправи для м'язів спини.
23.	Інструктаж з БЖД. Командні дії у нападі.	Виконати вправи для м'язів пресу.
24.	Інструктаж з БЖД. Жонглювання м'ячем ногою. Вправи для розвитку витривалості.	Виконати вправи для м'язів ніг.
25.	Інструктаж з БЖД. <b>Прийом контрольного нормативу – згинання-розгинання рук в упорі лежачи.</b>	Виконати присідання на одній нозі.
26.	Інструктаж з БЖД. Індивідуальні дії у захисті. Вправи для розвитку спритності.	Виконати вправи для координації рухів.
27.	Інструктаж з БЖД. Удари м'яча на точність з відстані 16м. Навчальна гра.	Виконати стрибки зі скакалкою.
28.	Інструктаж з БЖД. Жонглювання м'ячем - стегном (правим, лівим), головою.	Виконати згинання-розгинання рук в упорі лежачи.
29.	Інструктаж з БЖД. Навчальна двостороння гра з перевіркою правил гри.	Виконати вправи для м'язів ніг.

30.	Інструктаж з БЖД. Групові дії у захисті. Вправи для розвитку сили. Навчальна гра.	Виконати вправи на увагу.
31.	Інструктаж з БЖД. Командні дії у захисті. Вправи для розвитку координації рухів.	Скласти комплекс вправ для розвитку верхнього плечового поясу.
32.	Інструктаж з БЖД. <b>Прийом контрольного навчального нормативу – удари м'яча на точність з відстані 16м (6 ударів).</b>	Виконати спеціальні вправи футболіста.
33.	Інструктаж з БЖД. <b>Прийом контрольного навчального нормативу – жонгливання.</b>	Виконати вправи на увагу.
34.	Інструктаж з БЖД. Узагальнюючий урок.	Виконати вправи для м'язів спини.

**Модуль 2. Волейбол**  
**Професійно-прикладна фізична підготовка**

№ уроку	Тема та короткий зміст занять	Домашні завдання
1.	Інструктаж з БЖД. Теоретичні відомості. Правила техніки безпеки під час вивчення елементів з волейболу.	Виконати вправи на увагу.
2.	Інструктаж з БЖД. Історія волейболу. Вправи на розвиток швидкості.	Виконати вправи для м'язів спини.
3.	Інструктаж з БЖД. Правила гри у волейбол. Навчальна гра.	Виконати вправи для м'язів ніг.
4.	Інструктаж з БЖД. Подача верхня, бокова на точність і силу.	Скласти комплекс вправ для розвитку всіх груп м'язів.
5.	Інструктаж з БЖД. Техніка переміщень: приставним кроком, зупинка кроком та стрибком, поєднання переміщення і зупинки.	Виконати вправи для розвитку гнучкості.
6.	Інструктаж з БЖД. Прийом м'яча двома руками знизу, зверху. Навчальна гра.	Виконати вправи для м'язів пресу.
7.	Інструктаж з БЖД. Техніка блокування з наступною страховкою. Навчальна гра.	Виконати вправи для м'язів ніг.
8.	Інструктаж з БЖД. Вправи на розвиток спритності. Прийом м'яча після швидкого переміщення.	Виконати присідання на одній нозі.
9.	<b>Інструктаж з БЖД. Прийом контрольного нормативу – нахил уперед з положення сидячи.</b>	Виконати вправи для координації рухів.
10.	Інструктаж з БЖД. Вправи з набивними	Виконати стрибки зі

	м'ячами. Верхня та нижня прямі передачі. Передачі м'яча. Навчальна гра.	скакалкою.
11.	Інструктаж з БЖД. Техніка та тактика гри в захисті.	Виконати згинання-розгинання рук в упорі лежачи.
12.	Інструктаж з БЖД. Взаємодія гравців, що приймають м'яч, із гравцем що перебуває в зоні 4, 3, 2. Передачі м'яча для нападаючого удару. Навчальна гра.	Виконати вправи для координації рухів.
13.	Інструктаж з БЖД. <b>Прийом контрольного нормативу - стрибки через скакалку за 30 сек. Тематичне оцінювання.</b>	Виконати вправи для м'язів ніг.
14.	Інструктаж з БЖД. Взаємодія з гравцем, що виконує другу передачу. Навчальна гра.	Виконати вправи з гантелями.
15.	Інструктаж з БЖД. Техніка зонного блокування. Навчальна гра.	Виконати вправи на увагу.
16.	Інструктаж з БЖД. Верхня, нижня та бокова подачі м'яча. Контроль за суперником, нападаючий удар. Вибір місця для блокування. Навчальна гра.	Виконати згинання-розгинання рук в упорі лежачи.
17.	Інструктаж з БЖД. Техніка та тактика гри в нападі.	Скласти комплекс вправ для розвитку верхнього плечового поясу.
18.	Інструктаж з БЖД. Верхня, нижня та бокова подачі м'яча. Передача м'яча через сітку. Перший нападаючий удар. Блокування м'яча. Навчальна гра.	Виконати вправи для м'язів спини.
19.	<b>Інструктаж з БЖД. Прийом контрольного нормативу – піднімання тулуба в сід за 60 сек.</b>	Виконати спеціальні вправи футболіста.
20.	Інструктаж з БЖД. Вправи на розвиток координації рухів. Статичні вправи.	Виконати вправи на увагу.
21.	Інструктаж з БЖД. <b>Прийом контрольного нормативу – вис на зігнутих руках .</b>	Виконати вправи для м'язів спини.
22.	Інструктаж з БЖД. Навчальна двостороння гра. Естафети.	Виконати вправи для м'язів ніг.
23.	Інструктаж з БЖД. Імітація нападаючого удару з наступними обмеженими діями.	Виконати вправи для м'язів ніг.
24.	Інструктаж з БЖД .Верхня, нижня та бокова подачі м'яча. Прямий нападаючий удар, блокування. Навчальна гра.	Виконати вправи для м'язів пресу.
25.	Інструктаж з БЖД .Верхня, нижня та бокова	Виконати вправи на

	подачі м'яча. Прямий нападаючий удар. Одиночне та групове блокування.	увагу.
26.	Інструктаж з БЖД. <b>Прийом контрольного навчального нормативу -10 прямих верхніх подач на точність в зазначену зону.</b>	Виконати присідання на одній нозі.
27.	Інструктаж з БЖД. Навчальна двостороння гра з перевіркою правил гри.	Виконати вправи для координації рухів.
28.	Інструктаж з БЖД. Одиночне та групове блокування. Взаємодія гравців.	Виконати вправи на увагу.
29.	Інструктаж з БЖД. <b>Прийом контрольного навчального нормативу - 6 передач на точність через сітку із зони 2,3,4 (в зазначену зону).</b>	Виконати вправи для координації рухів.
30.	Інструктаж з БЖД. Узагальнюючий урок.	Виконати вправи на увагу.

### Модуль 3. Баскетбол Професійно-прикладна фізична підготовка

№ уроку	Тема та короткий зміст занять	Домашнє завдання
1.	Інструктаж з БЖД. Теоретичні відомості. Історія розвитку баскетболу у світі та Україні. Правила техніки безпеки під час вивчення елементів баскетболу.	Виконати вправи для м'язів пресу.
2.	Інструктаж з БЖД. Правила змагань. Стійки, пересування.	Виконати вправи для м'язів ніг.
3.	Інструктаж з БЖД. Передача м'яча двома руками від грудей на місці в парах. Ведення м'яча.	Виконати вправи для м'язів пресу.
4.	Інструктаж з БЖД. Зупинки, повороти у русі та на місці. Спеціальні і підготовчі вправи баскетболіста.	Виконати присідання на одній нозі.
5.	Інструктаж з БЖД. Ведення, передача, ловіння м'яча. Штрафні кидки. Індивідуальні й командні тактичні дії у нападі й захисті. Навчальна гра.	Виконати вправи для м'язів пресу.
6.	Інструктаж з БЖД. <b>Прийом контрольного нормативу - човниковий біг 4x10м.</b>	Виконати спеціальні вправи баскетболіста.
7.	Інструктаж з БЖД. Навперемінне ведення м'яча правою і лівою рукою у русі. Кидки м'яча під різним кутом до щита.	Виконати вправи на увагу.
8.	Інструктаж з БЖД. Організація техніко-	Виконати вправи для

	тактичних дій у процесі гри. Стійки. Пересування, зупинки, повороти. Ведення, передача м'яча. Штрафні кидки. Навчальна гра.	м'язів спини.
9.	Інструктаж з БЖД. Ловіння м'яча на різній висоті та відскоку від щита.	Скласти комплекс вправ для розвитку м'язів пресу.
10.	Інструктаж з БЖД. Індивідуальні тактичні дії у нападі та захисті.	Виконати вправи для м'язів пресу.
11.	Інструктаж з БЖД. Ведення м'яча з різною висотою відскоку.	Виконати вправи для м'язів ніг.
12.	Інструктаж з БЖД. Кидки м'яча з правої і лівої сторони кошика. Індивідуальні тактичні дії в нападі і захисті.	Скласти комплекс вправ для розвитку м'язів спини.
13.	Інструктаж з БЖД. <b>Прийом контрольного нормативу підтягування на перекладині. Тематичне оцінювання.</b>	Виконати вправи для м'язів спини.
14.	Інструктаж з БЖД. Ведення, передачі, кидки м'яча в умовах захисних дій гравців. Штрафні кидки.	Виконати вправи для рук.
15.	Інструктаж з БЖД. Групові тактичні дії у нападі та захисті.	Виконати згинання-розгинання рук в упорі лежачи.
16.	Інструктаж з БЖД. Командні тактичні дії у нападі та захисті.	Виконати вправи для м'язів ніг.
17.	Інструктаж з БЖД. Індивідуальні, групові й командні тактичні дії у нападі та захисті. Ведення, передача, ловіння, кидки м'яча. Навчальна гра.	Виконати вправи для м'язів пресу.
18.	Інструктаж з БЖД. Кидки м'яча з середньої і далекої відстані при протидії захисника. Навчальна гра.	Виконати вправи на увагу.
19.	Інструктаж з БЖД. Накривання кидка і підбор м'яча під щитом.	Скласти комплекс вправ для розвитку верхнього плечового поясу.
20.	Інструктаж з БЖД. Ловля і передача м'яча однією і двома руками зверху, із- за голови, від грудей. Навчальна гра.	Виконати вправи на увагу.
21.	Інструктаж з БЖД . Кидки м'яча з дистанції 4,5м. Штрафні кидки. Ведення, передача м'яча. Навчальна гра.	Виконати вправи з гантелями.
22.	Інструктаж з БЖД. Індивідуальні, групові й	Виконати вправи для

	командні тактичні дії у нападі та захисті. Ведення, передача, ловіння, кидки м'яча. Навчальна гра.	м'язів ніг.
23.	Інструктаж з БЖД. Поперемінне ведення м'яча правою і лівою рукою у русі. Ловіння м'яча на різній висоті та відскоку від щита. Подвійний крок. Навчальна гра.	Виконати вправи для м'язів пресу.
24.	Інструктаж з БЖД. <b>Прийом контрольного навчального нормативу - передача м'яча двома руками в стінку, к-ть разів за 1 хв.</b>	Виконати вправи для координації рухів.
25.	Інструктаж з БЖД. Навчальна двостороння гра з перевіркою знань по правилам гри.	Виконати згинання-розгинання рук в упорі лежачи.
26.	Інструктаж з БЖД. Пересування, зупинки, повороти у нападі й захисті. Ведення, передачі, ловіння, кидки м'яча. Штрафні кидки. Навчальна гра.	Виконати вправи з гантелями.
27.	Інструктаж з БЖД. Індивідуальні, групові й командні тактичні дії у нападі та захисті. Ведення, передача, ловіння, кидки м'яча. Навчальна гра.	Виконати вправи для м'язів ніг.
28.	Інструктаж з БЖД. <b>Прийом контрольного навчального нормативу -10 штрафних кидків на точність.</b>	Виконати вправи для м'язів пресу.
29.	Інструктаж з БЖД. Узагальнюючий урок.	Виконати вправи на увагу.

### 9.5. Плани занять з предмету фізична культура

#### Орієнтовний скорочений план-конспект уроку за розділом

#### гімнастика - ППФП

**Розділ занять:** Гімнастика-ППФП

**Тема:** акробатика

**Завдання уроку:**

1. Повторити техніку виконання перекиду вперед, назад, стійки на голові і руках.
2. Удосконалити техніку виконання підтягування на перекладині, стрибка через гімнастичний стіл.
3. Сприяти розвитку сили і гнучкості.

Дата проведення: «\_\_» \_\_\_\_\_

Місце проведення: спортивна зала.

Інвентар: перекладина, гімнастичні мати, секундомір.

### Хід уроку

№ п/п	Зміст уроку	Дозування	Організаційно-методичні вказівки
<b>I</b>	<b>Підготовча частина</b>	<b>10-12 хв</b>	
	Шикування, прийом рапорту, доведення до учнів теми і мети уроку		контроль за якістю виконання розминки
	Стройові вправи		
	ЗРВ у русі:		
	-біг з високим підніманням стегна;	2 кола	
	-біг зі зміною зігнутих ніг назад;	2 кола	
	-біг зі зміною прямих ніг вперед;	2 кола	
	-біг зі зміною прямих ніг назад;	2 кола	
	-біг спиною вперед.	1 коло	
<b>II</b>	<b>Основна частина</b>	<b>30 хв.</b>	
	Перекладина: підтягування. Підйом переворотом в упор, як повторення та удосконалення гімнастичних вправ	5-6 р.	слідкувати за правильним положенням рук та ніг
	Перекиди вперед-назад	5-6 р.	
	Стрибок через гімнастичний стіл з розбігу	5-6 р.	
	Згинання-розгинання рук від підлоги (хлопці) та від лави (дівчата)	20-30 р.	слідкувати за положенням рук, ніг та спини
<b>III</b>	<b>Заклучна частина</b>	<b>3-5 хв</b>	
	Легкий біг з переходом на ходьбу		контроль за якістю виконання ЗРВ
	ЗРВ у русі, вправи на відновлення дихання.		
	Підсумок уроку		домашнє завдання

Підпис (студента) \_\_\_\_\_

## **9.6. Методична розробка виховного заходу**

Положення про проведення масового фізкультурноспортивного заходу „Княжі ігри” для різних вікових груп серед освітніх закладів м. Суми

### **I. Мета**

1. Створення сприятливих умов для реалізації права жителів м. Суми на заняття фізичною культурою і спортом та задоволення їх потреб в оздоровчих послугах за місцем проживання, у місцях масового відпочинку;
2. Відродження історико-культурних та господарських традицій, пропаганда здорового способу життя впровадженням форм та засобів національної фізичної культури;
3. Творче, інтегроване використання міжнародного досвіду фізичного виховання та вдосконалення функціонування сучасної національної системи освіти в Україні;
4. Реалізація інноваційних технологій, що базуються на основі здорового способу життя, та їх використання у позашкільних, позаурочних формах роботи та молодіжному дозвіллі;
5. Поглиблення професійно-педагогічних знань, умінь та навиків студентів та школярів в організації та проведенні фізкультурнооздоровчих заходів.

### **II. Завдання**

1. Формувати усвідомлену потребу молоді до систематичних занять фізичною культурою та спортом;
2. Сприяти популяризації активного дозвілля, збереженню та зміцненню психо-фізичного здоров'я учнівської та студентської молоді, мотивації до занять фізичними вправами, участі у масових спортивних заходах
3. Визначити рівень фізичних, психічних, інтелектуальних здібностей учнів та студентів, стану їхньої інформованості з питань розвитку фізичної культури та спорту на територій України (зокрема Сумської області);



4. Виховувати серед молоді патріотичну, моральну та матеріальну відповідальність за особистий спосіб життя, самовдосконалення та виховання здорової української нації;

5. Залучати учнівську та студентську молодь міста до занять фізичною культурою і спортом задля профілактики негативних проявів у суспільстві.

### **III. Термін та місце проведення**

Фізкультурно-оздоровчий захід „Княжі ігри” проводиться в позаурочний час у визначених місцях м. Суми, а саме: Театральна площа, вул. Вінніченка, парк Лесі Українки, Водна станція ГСО „Спартак”, Замкова площа, Замок Любарта, 12-13 травня 2007 року. Початок: 12.05.07 о 16.00 год. на Театральній площі. Закінчення: 13.05.07 о 20.00 год. у Замку Любарта.

### **IV. Керівництво заходом**

Загальне керівництво заходу здійснює Волинський обласний центр фізичного здоров'я населення „Спорт для всіх”, Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка. Безпосередню організацію та проведення заходу здійснює організаційний комітет, створений із представників адміністрації та викладацького складу ЗВО.

### **V. Учасники заходу**

Учасниками фізкультурно-оздоровчого заходу „Княжі ігри” є учнівська та студентська молодь різних вікових груп, дошкільних закладів та інші бажаючі міста. Склад команди спортивних змагань: 10 чоловік – 6 хлопців, 4 дівчини. Команда повинна мати єдину форму, емблему, девіз або життєве гасло, що відповідає назві заходу. Колективи, які задіяні у видовищному дійстві, приватні особи, волантери підпорядковуються загальним правилам під керівництвом організаційного комітету.

### **VI. Подання заявок**

Заявки на участь в масовому фізкультурно-оздоровчому заході „Княжі ігри”, завірені керівником організації та лікарем; документи, які засвідчують особу учасника змагань (учнівські та студентські посвідчення, ксерокопії паспортів, свідоцтв) подаються в організаційний комітет до 11 травня 2019 року.

## **VII. Програма заходу**

1. Урочисте відкриття свята.
2. Театралізоване дійство „ Вітання княжої гори”.
3. Представлення команд, конкурс костюмів, емблем, гасел.
4. Інтелектуальні вікторини, кросворди, на тему: „Традиції фізичного виховання Київської Русі”.
5. Пізнавальна показова виставка колекції зброї, предметів побуту, портретів князів та панорамних експонатів на тему „Київська Русь”.
6. Конкурси малюнків, творчих робіт, мистецьких витворів, кінофільмів, кліпів, плакатів, виробів народних умільців.
7. Спортивні естафети, народні ігри та розваги, одноборства.
8. Показ моделей будинків мод та індивідуальних виконавців: „Середньовічний колорит”.
9. Показові виступи спортсменів, творчих художніх колективів; лицарські турніри, джигітування, веслування.
10. Виставка-продаж товарів народної творчості.
11. Уроки майстерності: верхової їзди, веслування, стрільби з лука, володіння мечем, списом, середньовічного танцю; кужільництва, теслярства, гончарства, ковальства, писанки, малярства, вишивки, ткацтва.
12. Костюмований бал „Княжа гостина”. Представлення уособлюваного середньовічного образу. Народні ігри та забави біля вогнища. Визначення князя та княгинині вечора.
13. Урочисте закриття заходу. Виступи художніх та спортивних колективів. Нагородження учасників змагань.

## **VIII. Визначення переможців**

Команда переможець визначається за найбільшою загальною сумою набраних балів. Представлення команди оцінюється за 10-бальною шкалою. Кожен ігровий конкурс оцінюється за 5-бальною шкалою. Інтелектуальний конкурс – 1 бал за правильну відповідь. У разі здобуття однакової кількості

балів двома командами, перевага надається тій, яка займала послідовно більшу кількість 1-2 місць у конкурсах.

### **ІХ. Нагородження**

Усі учасники заходу нагороджуються пам'ятними призами. 59 Команди-учасниці нагороджуються дипломами, грамотами, кубками. Переможці конкурсів вболівальників нагороджуються подарунками. У якості подарунків використовуються конкурсні роботи учнів художніх шкіл та гуртків, мистецькі роботи місцевих майстрів, вироби підприємств. Головні призи: путівка в оздоровчий табір, санаторій, туристична поїздка по історичних місцях України, запрошення на заняття спортивних шкіл, клубів.

### **Х. Лікарський контроль. Техніка безпеки**

Визначення та узгодження функціонування медичних пунктів та бригад швидкої допомоги на всіх об'єктах проведення заходу. Визначення місця знаходження пожежної служби, бригад охорони безпеки громадян, автоінспекції.

### **ХІ. Фінансування**

Фінансування заходу здійснюється за рахунок кооперування коштів навчальних закладів та виробничих підприємств міста, спонсорів. Кошти на виплату роботи суддів, дипломи, грамоти виділяються Обласним центром фізичного здоров'я населення „Спорт для всіх” у Сумській області.

### **Форми підготовки до масового спортивно-оздоровчого заходу**

I. Семінар з теоретичної підготовки інструкторів, суддів, воалантерів.

1. Загальна характеристика розвитку фізичного виховання в період середньовіччя на території України.
2. Засоби та форми фізичного виховання Київської Русі.
3. Народні ігри танці та розваги, кулачні бої та боротьба, вправи з предметами, військово-прикладна фізична підготовка.
4. Шляхи використання традицій фізичного виховання Київської Русі в сучасних умовах.

### **II. Етапи організації заходу**

1. Менеджмент, пропаганда, реклама. Провести рекламну акцію по телебаченню та радіомовленню, висвітлити в місцевій пресі мету та завдання масового фізкультурно-оздоровчого заходу.
2. Затвердити відповідальних за підготовку місць для змагань, виставок, показових виступів, пунктів харчування та медичного забезпечення. Погодити з держадміністрацією перелік підприємств, колективів, та приватних осіб, що представлятимуть на виставці продажі вироби народних промислів та витвори мистецтва. Сприяти організації показу та навчання елементам техніки гончарства, теслярства, кужільництва, ткацтва, вишивки, плетення з лози, ковальства та ін.. Оголосити конкурс серед організацій та закладів міста виготовлення виробу або мистецького витвору на тему „Київська Русь”: - історичні клуби, музеї – виставка середньовічної зброї та предметів побуту; портрети князів Київської Русі та відомості про них - художні школи – малюнок, іграшка, писанка - музичні школи та фольклорні колективи – виконання музичного твору на народних інструментах - школи танців – показові виступи та елементи навчання середньовічного танцю - школи верхової їзди – показові виступи джигітування елементи навчання верхової їзди, катання у візках - спортивні школи – показові виступи: боротьба, кулачний бій, веслування - школи історичного фехтування: показові виступи: бої на мечях зі списами, стрільба з лука
3. Оголосити та провести конкурс на розв’язування кросвордів на тему середньовіччя, надрукованих у місцевій пресі
4. Чітко розподілити обов’язки між організаторами, інструкторами, суддями, воалантерами. Ознайомити з правилами та передбачити ймовірні чинники впливу на проведення заходу.
5. Організувати соціальну рекламу здорового способу життя, форм оздоровлення засобами фізичної культури і спорту.

## 9.7. План роботи спортивної секції з міні-футболу на 20\_\_-20\_\_ навчальний рік

Основні завдання роботи спортивної секції з футболу:

1. Зміцнення здоров'я учнів, підвищення їх фізичної підготовки.
2. Формування спеціальних умінь і навичок з футболу, підвищення спортивної майстерності футболістів.
3. Підготовка команди школи до районних і обласних змагань.
4. Залучення учнів до фізкультурно-оздоровчої і спортивно-масової роботи, покращення їх здорового способу життя.

№ п/п	Короткий зміст заняття	Кількість годин
<b>I.</b>	<b>Теоретичний розділ</b>	
	Технічна безпека при занятті гри у міні-футболу. Розвиток футболу в нашій країні, виступи українських футболістів на міжнародних змаганнях.	<b>4 год.</b>
	- Особиста і громадська гігієна	
	- Лікарський контроль і самоконтроль	
	- Правила гри у футбол. Суддівство.	
	- Техніка і тактика гри у футболіста	
<b>II.</b>	<b>Практичний розділ</b>	
	1. Загальна спеціальна фізична підготовка 2. Технічна та тактична підготовка футболу	
	- Виконання вільних, та штрафних ударів	
	- Побудова стінки	
	- Виконання 11-ти метрових штрафних ударів.	
	- Подача кутових.	
	- Вкидання м'яча з ауту.	
	- Техніка прийому м'яча на груди.	
	- Виконання ударів по м'ячу головою.	
	- Виконання ударів по м'ячу в падінні через себе.	
	- Удар по м'ячу з розвороту.	
	- Удар по м'ячу зовнішньою та внутрішньою стороною стопи.	
	- Тактика гри в нападі та захисті.	
	- Індивідуальні ігри. Виступи на змаганнях.	

## 10. Рекомендовані джерела інформації

1. Єрмолова В. М. Навчаємо граючись : метод. посібник для вчителів фізичної культури загальноосвітніх навчальних закладів / В. М. Єрмолова, Л. І. Іванова, В. В. Деревянко. – К. : Літера ЛТД, 2012. – 208 с.
2. Огніста К. М. Стройові вправи у фізичному вихованні молодших школярів: Навч. посіб / К. М. Огніста. – Тернопіль : Астон, 2001. – 58 с.
3. Костюкевич В. М. Теорія і методика тренування спортсменів високої кваліфікації: навчальний посібник / В. М. Костюкевич. – Вінниця: «Планер», 2007. – 273 с.
4. Солодков А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: Уч. / А. С. Солодков., Е. Б. Сологуб – М. : Терра-Спорт, Олимпия-Пресс, 2001.– 520 с.
5. Дубровский В. И. Спортивная физиология: учебник для сред. и высш. учеб. заведений по физ. культуре. / В. И. Дубровский – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2005. – 462с.
6. Волков Н.И. Биохимия мышечной деятельности: Учебник. / Н.И Волков, Э.Н. Нессен., А.А. Осиненко, С.Н. Корсун – Киев.: Олимпийская литература, 2000.– 503 с.
7. Педагогічна психологія: Хрестоматія [Текст] : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / МОН України, Національний педагогічний ун-т ім. М. П. Драгоманова ; [упоряд.: Л. В. Долинська, Т. М. Лисянська, Л. М. Ширяєва та ін.]. – Київ : Каравела, 2014. – 367 с.
8. Психологічні засади розвитку духовної культури педагогічного персоналу [Текст] : посібник / НАПН України, Ін-т пед. освіти і освіти дорослих; за ред. Е. О. Помиткіна. – Київ : [Імекс-ЛТД], 2013. – 171 с.
9. Вознюк, Н. М. Етико-педагогічні основи формування особистості [Текст] : навч. посібник для студ. вузів / Н. М. Вознюк ; Нац. агр. ун-т. – Київ : Центр навч. літ., 2005. – 193 с.
10. Оздоровлення студентів спеціальної медичної групи за допомогою дихальних систем та фізичних вправ [Текст] : методичні рекомендації

/ МОН України, Сумський держ. пед. ун-т ім. А. С. Макаренка, Ін-т фізичної культури СумДПУ ім. А. С. Макаренка ; [уклад.: О. Р. Сидоренко, А. І. Шматкова, Л. І. Прийменко та ін.]. – Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2008. – 51 с.

11. Уилмор Дж.Х. Физиология спорта (перевод с английского): Учебник. / Дж.Х. Уилмор, Д.Л. Костилл – Киев: Олимпийская литература, 2001. – 503 с.

### **Інтернет-ресурси**

1. <http://www.aybolit.ua/priudarax/>
2. <http://disted.edu.vn.ua/courses/learn/6274>
3. <https://jast-fit.ru/vidy-trenirovok/aerobnye-trenirovok/klassicheskaja-aerobika-bazovye-shagi>
4. <https://nereff.ru/0238913.html>
5. <https://www.offsport.ru/wikipedia.com.ua/1x3cb8.html>
6. <https://mylifesport.ru/text.php?id=28>
7. <http://nereff.ru/0238913.html>
8. <http://www.offsport.ru/basketboll/52/povoroty.shtml>
9. <http://olimpko.com/pro-uchylyshche/hotuiemosia-do-zaniat/228-tm-rukhyvykh-i-sportyvnykh-ihor.html>
10. <http://gimnastikasport.ru/sportivaya/kompleks-volnyh-uprazhmeniy.html>
11. <http://www.medical-enc.ru/turizm/osobennosti-fizicheskoy-podgotovki-turistov-shkolnikov.shtml>

### **9. Інструменти, обладнання та програмне забезпечення**

- офіційний веб-сайт <http://www.rector@sspu.sumy.ua> містить інформацію про освітні програми, навчальну, наукову і виховну діяльність, структурні підрозділи, правила прийому, контакти;
- необмежений доступ до мережі Інтернет;
- наукова електронна бібліотека, читальні зали;
- робоча програма з виробничої практики у загальноосвітніх закладах;

- методичні рекомендації щодо оформлення звітної документації з виробничої практики;
- роздатковий матеріал (таблиці, схеми).