

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное учреждение
профессиональная образовательная организация
«Брянское государственное училище (колледж) олимпийского резерва»

**РЕКОМЕНДАЦИИ
ПО ВЕДЕНИЮ УЧЕБНОЙ ДОКУМЕНТАЦИИ
ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ
СТУДЕНТОВ 3 КУРСА**

для студентов училища,
направляемых на
производственную практику

Брянск 2015

Агеева Г.Ф., Дмитроченков А.Е., Колесникова И.В., Мамеко В.А.

Рекомендации по ведению учебной документации производственной практики студентов 3 курса / ФГБОУ СПО «БГУОР». – Брянск, 2015. – 22 с.

В пособии рассматриваются вопросы выполнения учебной и отчетной документации по производственной практики студентов 3 курса педагогического отделения училища при обучении по специальности «физическая культура»

Рассмотрено и утверждено на заседании Методического Совета ФГБОУ СПО «БГУОР»

Протокол № ____ от « ____ » _____ 2015 г.

СОДЕРЖАНИЕ

4. Несколько слайдов (не менее 5 и не более 8), иллюстрирующих участие практиканта в различных видах деятельности на практике.
 - не следует размещать на слайде более одной фотографии
 - фотографии не должны иметь искажения по ширине и длине
 - фотографии должны быть обработаны в графическом редакторе с целью улучшения качества и формата
 - фотографии должны сопровождаться краткими пояснениями
5. Слайд с результатами выполненной работы в ходе практики
 - информация о количестве проведенных уроков, выполненных педагогических анализов уроков
 - информация о количестве проведенных спортивно-массовых мероприятий, об участии в их судействе (в роли какого судьи)
 - информация о проведенных мероприятиях в рамках работы помощника классного руководителя
6. Слайд – «спасибо за внимание».

Презентация выполняется в деловом академическом стиле без излишних эффектов. Фон презентации – белый (допускается фон с неброским рисунком). Рекомендуется использование шрифта Arial размером для заголовков – 32-40 pt, для остального текста – 22-24 pt. Цветовая гамма слайда не должна содержать более трех основных цветов.

Защита результатов практики будет проводиться индивидуально каждым практикантом в ходе представления презентации. При отсутствии презентации практикант не будет допущен к защите.

| | |
|---|----------|
| Рекомендации по ведению учебной документации | 3 |
| Индивидуальный план работы | 3 |
| Дневник практиканта | 4 |
| Годовой и четвертной планы-графики | 5 |
| План-конспект урока физической культуры | 8 |
| Педагогический анализ урока физической культуры | 17 |
| Презентация с фото-материалами деятельности практиканта | 20 |

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЕДЕНИЮ УЧЕБНОЙ ДОКУМЕНТАЦИИ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ СТУДЕНТОВ 3 КУРСА

В ходе производственной практики вам предстоит вести определенный объем отчетной документации, основное предназначение которой – контроль процесса получения профессиональных навыков педагога по физической культуре и спорту. В состав отчетной документации по практике входит:

1. **Индивидуальный план работы практиканта на период практики.**
2. **Дневник производственной практики.**
3. **Годовой и четвертной планы-графики учебного процесса.**
4. **Тетрадь конспектов уроков физической культуры.**
5. **Развернутый педагогический анализ урока физической культуры**
6. **Презентация с фото-материалами деятельности практиканта в ходе практики.**

Кроме того, учебная бригада предоставляет коллективную работу – развернутый анализ эффективности урока физической культуры (данные пульсометрии и хронометража).

Все документы должны отрабатываться последовательно, регулярно в ходе практики, должны быть выполнены аккуратно, оценены методистом бригады (инструктором – учителем физвоспитания) и сданы методисту по учебной и производственной практике не позднее 3-х дней после завершения практики. Публичная защита результатов практики с представлением презентации по ее итогам проводится каждым практикантом индивидуально в соответствии с графиком защиты, разрабатываемым учебной частью не позднее 2 недель со дня окончания практики.

Ниже представлены материалы, направленные на оказание помощи практикантам в работе над документацией.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПЛАН РАБОТЫ

Индивидуальный план работы практиканта призван организовать и упорядочить профессиональную деятельность студента-практиканта, обозначить ее общий план и последовательность выполнения заданий практики.

Индивидуальный план работы практиканта представляет собой расписанный в тетради по дням и неделям план работы с кратким описанием видов предстоящей деятельности практиканта и отметкой о ее результатах (выполнении).

Наиболее оптимально индивидуальный план выполнять в табличной форме.

ответствие общепедагогическим принципам:

- *сознательности и активности,*
 - *систематичности,*
 - *доступности,*
 - *наглядности*
2. Оценка выполненности поставленных задач.
 3. Наличие отклонений от плана-конспекта урока и их причины.
 4. Оценка воспитательной ценности урока (с точки зрения воспитания нравственных, волевых и эстетических качеств учащихся, их умственного и трудового воспитания).
 5. Положительные стороны в работе преподавателя.
 6. Просчеты и ошибки в работе преподавателя.
 7. Общая оценка проведения урока.
 8. Предложения по улучшению качества проведения урока.

Педагогический анализ провел _____

Методист бригады _____

ПРЕЗЕНТАЦИЯ С ФОТО-МАТЕРИАЛАМИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРАКТИКАНТА В ХОДЕ ПРАКТИКИ

Материалы для презентации необходимо формировать, начиная с первого дня практики. Как правило – это, прежде всего фотографии, сделанные в процессе различных видов деятельности. Фотографии должны демонстрировать профессиональные навыки практиканта в ходе его деятельности.

Презентация выполняется стандартными средствами офисного пакета компьютера (MS PowerPoint или MS OpenOffice). Презентация должна иметь следующую структуру:

1. Слайд – титульную страницу с информацией:
 - наименование практики
 - ФИО практиканта
 - краткое наименование базы практики
 - методист учебной бригады
2. Слайд – фото базы практики с краткими пояснениями особенностей данного учреждения:
 - дата постройки
 - контингент учащихся
 - особенности спортивной базы (залы, площадки, бассейны и т.п.)
3. Слайд с информацией о практиканте:
 - спортивная специализация
 - с какими классами работал на практике

Проведение основной части урока

1. Оценка методики обучения.

1.1. Оценка знания преподавателем техники двигательных действий, изучаемых на уроке;

1.2. Какие применялись методы и методические приемы обучения и их оценка;

- словесные методы (рассказ, беседа, разъяснение, указание, инструктаж, диалог, разбор, задание и др.);
- наглядные методы (показ, демонстрация, иллюстрация и др.);
- практические методы (овладения по частым / в целом, подводящих упражнений, игровой, соревновательный и др.);
- методы стимулирования и мотивации (поощрение, пощипание, оценка и др.).

1.3. Оценка использования индивидуального подхода при обучении.

1.4. Оценка соблюдения мер безопасности при выполнении упражнений, обеспечение страховки и помощи.

1.5. Оценка содержания и дозировки упражнений

- по количеству повторений
- по времени
- по интенсивности

2. Оценка общей продолжительности основной части и решения в целом предусмотренных в основной части задач.

Проведение заключительной части урока

1. Оценка содержания и целесообразности упражнений, использованных для решения задач заключительной части урока.

2. Оценка полноты и грамотности подведения итогов урока

- оценочная составляющая
- воспитательная составляющая

3. Оценка общей продолжительности заключительной части. Своевременность окончания урока.

III. Выводы и предложения по уроку

9. Оценка уровня учебно-воспитательной работы на уроке в целом, со-

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПЛАН РАБОТЫ ПРАКТИКАНТА НА ПЕРИОД ПРАКТИКИ

| Дата | Содержание деятельности | Отметка о выполнении |
|-------------------------------|---|----------------------|
| Первая неделя практики | | |
| 11.01.2016 | Принять участие в работе Установочной Конференции по практике. Провести консультацию с методистом учебной бригады. Уточнить цель и задачи предстоящей практики. Начало работы с отчетной документацией. | выполнено |
| 12.01.2016 | Общее знакомство с материальной базой, условиями работы, администрацией, педагогическими работниками и учащимися школы. | выполнено |
| 13.01.2016 | | |
| Вторая неделя практики | | |
| | | |

Содержание видов деятельности и распределение ее по времени практикант вырабатывает сам, консультируясь при необходимости с методистом бригады. Отметку о выполнении (невыполнении, частичном выполнении) заявленной в плане деятельности ставить методист бригады.

Записи должны содержать краткую формулировку конкретного содержания деятельности, направленной на получение профессионального опыта и соответствовать цели и задачам практики.

ДНЕВНИК ПРАКТИКАНТА

Дневник – это форма повествования, которое ведется от первого лица в виде повседневных записей.

Дневник является формой взаимодействия автора с самим собой с целью самооценки деятельности и ее результатов. Дневник служит средством самовоспитания и самоорганизации автора.

Значимость ведения ежедневных дневниковых записей обусловлено необходимостью для практиканта предпринимать дополнительные усилия по организации своей деятельности. Эти усилия отражаются в самостоятельном выборе вариантов:

- какие сведения вносить, а какие – исключать;
- какие речевые формы при этом использовать;
- индивидуальные выводы из увиденного и т.п.

Предметом и содержанием высказываний служит сама деятельность на практике, автор поясняет, комментирует свои действия, делает обобщения и выводы.

Пример дневниковых записей...

11 января 2015 г. (понедельник)

Сегодня первый день производственной практики. Вместе с другими студентами курса принял участие в работе Установочной Конференции, где нам сообщили цели и задачи практики, распределили по школам г. Брянска. Кроме того, до нас довели перечень документации, которую необходимо предоставить по итогам практики, а также разъяснили, как с ней работать. После завершения Конференции мы продолжили работу в учебных бригадах. Согласно приказа о практике, я распределен во вторую бригаду, МБОУ СОШ №45, нашим методистом является Лазарева В.И., инструктор – Темиргалеев М.Б.

С методистом мы обсудили время нахождения на практике, обязанности практикантов относительно внешнего вида и поведения на период прохождения практики. Приступили к работе над конспектами уроков. Завтра отправляемся в школу. Первую неделю наша практика будет заключаться в знакомстве с базой практики, педагогическим составом, учащимися школы, а также наблюдении за проведением учебных занятий школьными учителями и работе над документацией.

12 января 2015 г. (вторник)

Сегодня с 8.30 наша бригада из 7 человек в школе №45. Полное наименование учебного заведения

Рекомендуется делать максимально подробные записи событий практики. Ежедневные записи должны учить вниманию к себе и другим, развивать навыки самоанализа, воспитывать искренность, наблюдательность, вырабатывать вкус к точному суждению.

ГОДОВОЙ И ЧЕТВЕРТНОЙ ПЛАНЫ-ГРАФИКИ

Годовой и четвертной планы-графики учебного процесса по физической культуре являются обязательными документами планирования в учебном заведении и служат для конкретизации тематического содержания учебного материала при составлении поурочных планов-конспектов преподавателями учебных дисциплин. По видам планирования годовой план-график относится к перспективному планированию, а четвертной план-график – к текущему планированию.

Годовой план-график составляется для каждой параллели классов. Он предполагает постановку образовательных, оздоровительных и воспитательных задач на учебный год. Общий вид годового плана-графика представлен ниже.

1.5. Соблюдение правил записи упражнений, аккуратность оформления.

1.6. Оценка выбранных преподавателем способов перестроений.

- использование нетрадиционных способов передвижений и перестроений;
- наличие или отсутствие в конспекте графических записей.

1.7. Оценка объема и методической ценности записей в графе «Организационно-методические указания».

Анализ подготовки места занятия.

1. Обеспечение необходимого санитарно-гигиенического состояния места занятий
 - что конкретно сделано к началу урока
2. Своевременность подготовки оборудования и инвентаря (если есть необходимость).
3. Оценка готовности учащихся и преподавателя к уроку
 - спортивная форма учащихся, преподавателя;
 - внешний вид преподавателя (подтянутость, аккуратность).

II. Анализ проведения занятия

Проведение подготовительной части урока

1. Оценка начала урока, организационного момента, комплекса ОРУ
 - оценка методического руководства деятельностью учащихся:
 - целесообразность применяемых приемов организации учащихся,
 - правильность подачи команд и распоряжений,
 - способ проведения ОРУ,
 - качество показа и лаконичность объяснений,
 - предупреждение и исправление ошибок,
 - способы регулирования нагрузки,
 - требовательность и способы поддержания дисциплины,
 - правильность выбора преподавателем места;
 - целесообразность использования площади зала.
2. Оценка общей продолжительности подготовительной части и решения в целом предусмотренных в подготовительной части задач.

| | | |
|----------------------------|------|---|
| 1. Подведение итогов урока | 20'' | Выставить оценки, отметить наиболее успешных учащихся, отметить состояние дисциплины на уроке, если необходимо – высказать замечания |
| 2. Домашнее задание | 20'' | Выполнение упражнений по развитию прыгучести: - прыжки на скакалке на двух ногах: 5 минут с подсчетом количества раз; - на следующем занятии сравнить результаты (на честность) |

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ УРОКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Дата проведения « ___ » _____ 2016 г.

Ведущий преподаватель _____

Класс _____

Количество занимающихся _____ чел.

I. Подготовка преподавателя к уроку

Анализ плана-конспекта

1. Наличие плана-конспекта урока, его анализ и оценка.

1.1. Оценка задач урока, грамотности их постановки и соответствия

- рабочему четвертому плану;
- условиям проведения занятия
- количеству заявленных на урок задач;
- взаимосвязь задач данного урока и предыдущего.

1.2. Целесообразность распределения времени занятия согласно конспекта.

1.3. Количество и оригинальность упражнений комплекса ОРУ, оценка дозировки.

Оценка оформления конспекта.

1.4. Соответствие конспекта установленной форме, правильность используемой терминологии.

План-график по физической культуре для учащихся 5-х классов на 2015/2016 учебный год

Задачи:

1. Освоить раздел «Основы знаний» и формировать двигательные умения и навыки (гимнастика, легкая атлетика, волейбол, кросс);
2. Развивать двигательные способности: скоростно-силовые, гибкость, быстроту сложной двигательной реакции, относительную силу; укреплять здоровье и формировать осанку;
3. Воспитывать сознательное и активное отношение к занятиям, дисциплину и организованность.

| | Вид программного материала | Часы | I четверть №№ уроков 1.....18 | II четверть 1932 | III четверть 33.....52 | IV четверть 53.....68 |
|----|-----------------------------|------|-------------------------------------|---------------------------|---------------------------|--------------------------|
| I. | Базовая часть | 50 | | | | |
| 1. | Основы знаний | | В процессе уроков | | | |
| 2. | Волейбол | 12 | | | 12 | |
| 3. | Гимнастика с эл. акробатики | 12 | | 12 | | |
| 4. | Легкая атлетика | 14 | 10 | | | 4 |
| 5. | Кросс | 12 | | 8 | | 4 |
| II | Вариативная часть | 18 | | | | |
| 1. | Волейбол | 18 | | 2 | 8 | 8 |
| | | 68 | 18 | 14 | 20 | 16 |

План-график по физической культуре на четверть

Данный план представляет собой последовательное изложение содержания каждого урока учебной четверти в соответствии с поставленными задачами и состоит из двух разделов:

- задач и содержания учебного материала;
- распределения задач и содержания по урокам (Таблица 3).

План-график на четверть условно включает в себя 6 частей:

1. содержание образовательного учебного материала из раздела «Основы знаний»;
2. задачи и содержание учебного материала, направленного на овладение техникой двигательных действий: подбираются подводящие упражнения для облегчения освоения сложно-технических элементов и упражнения для совершенствования технических элементов в усложненных условиях;
3. решаются задачи, связанные с развитием физических качеств и подбором соответствующих упражнений;
4. ставится воспитательная задача, и средства ее решения.

Проводится заблаговременно до начала урока

5. планируется домашнее задание, сроки его объяснения и проверки;
6. содержит контрольные упражнения и нормативы.

Материал, связанный с освоением техники, распределяется по всей четверти с учетом степени сложности. При распределении материала необходимо помнить о принципах доступности и систематичности, для этого, в начале четверти планируется освоение наиболее простых двигательных действий с постепенным усложнением от урока к уроку. Перерывы в обучении должны быть небольшими. Необходимо учитывать явления «переноса» в обучении двигательным действиям.

Таблица 3

Рабочий план-график
По физической культуре для учащихся 5-х классов на III четверть

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

| | | | |
|--------------------------------------|---|--------------------------------|--|
| | | | <p>ство. По сигналу, игроки в парах перемещаются вдоль баскетбольной площадки, выполняя передачи мяча в движении до противоположной лицевой линии и обратно, стараясь не нарушить правила пробежки и выполнить как можно больше передач мяча. По возвращении их меняет следующая пара и так до конца. Секундомер выключается с пересечением линии финиша последнего игрока. По завершении – объявляется время команды, число сделанных передач и количество ошибок. Побеждает команда, выполнившая все действия быстрее, с меньшим количеством ошибок и большим количеством передач.</p> |
| ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ 4 МИНУТЫ | <p>Построение в одну шеренгу.</p> <p>3. Передвижение.</p> <p>4. Проведение игры на внимание: «Пальмы, бананы»</p> | <p>20”</p> <p>1’</p> <p>2’</p> | <p>К: «Разойдись!» К: «В одну шеренгу-СТАНОВИСЬ!»</p> <p>К: «Напра-ВО!» К: «Налево в обход шагом-МАРШ!» - подавать команду идти в ногу, добиваясь единства в выполнении действия К: «Направляющий -НА МЕСТЕ!» К: «Класс – СТОЙ!» К: «Нале-ВО!»</p> <p>2’ Содержание игры: - когда ведущий говорит: «Пальмы!» – ладони раскрыты, подняты вверх; - когда звучит команда: «Бананы!» – кисти рук опускаются вниз.</p> <p>Правила игры: - участники игры должны делать то, что говорит ведущий, а не то, что он показывает - совершившей ошибку делает шаг вперед и продолжает играть дальше. - смотреть на ведущего, глаза не закрывать</p> <p>Отметить внимательных и не внимательных</p> |

| | |
|--|--|
| 1. Передачи мяча в движении в парах расстояние 6 метров (в полной координации) | <i>(при выполнении упражнений необходимо выполнить не менее 3-х проходов площадки)- следить за своевременным поворотом туловища и выпрямлением рук в сторону партнёра, для передачи мяча.</i> |
| 2. Тоже с увеличением быстроты перемещений и уменьшением количества передач | <i>- обратить внимание на стойку баскетболиста</i> |
| 3. Выполнение передач мяча любым способом против пассивного защитника | <i>- обратить внимание на стойку баскетболиста</i> |
| 4. Тоже против полуактивного защитника | <i>Преподаватель сам назначает учащегося, который будет выполнять роль защитника. - контролировать положение защитника. Правильно и своевременно выбрать способ передачи мяча.</i> |
| 5. Тоже против активного защитника | <i>- защитнику разрешается перемещается право, влево, вперёд, назад на 2 шага.</i> |
| Построение в одну шеренгу. | 20'' <i>К: «Разойдись!» К: «В одну шеренгу-СТАНОВИСЬ!» К: «Напра-ВО!» К: «Налево в обход шагом-МАРШ!» - подавать команду идти в ногу, добиваясь единства в выполнении действия</i> |
| Перестроение в колонну по два, поворотом в движении | 20'' <i>К: «В колонну по-два, налево - МАРШ!» К: «Направляющие -НА МЕСТЕ!» К: «Класс – СТОЙ!» Р: «Наберите интервал 4 м.!» (перестроение начать при подходе к лицевой линии площадки)</i> |
| 4. Эстафета « Гонка – парами» | 3' Правила эстафеты: <i>Команды выступают по очереди, время засекается по секундомеру. Команды должны иметь равный состав игроков. Игроки команды образуют пары. Непарные игроки помогают осуществлять судей-</i> |

ПЛАН-КОНСПЕКТ УРОКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Умение методически грамотно составлять конспект и на основе его проводить урок физической культуры - является одним из основных требований, предъявляемых к практиканту. С методикой составления конспекта студенты знакомятся в ходе занятий по практическим дисциплинам, а также на дисциплине «Теория и методика физической культуры и спорта». Напомним лишь некоторые принципиальные моменты.

- 1. Структура урока** (наиболее оптимальное сочетание):
 Подготовительная часть - 12 минут (25-30% урока)
 Основная часть - 28 минут (60-65% урока)
 Заключительная часть - 5 минут (5-10% урока)

Время, отводимое для решения задач основной части урока, варьируется в связи со сложностью задач.

2. Обязательное содержание «шапки» конспекта

Возраст контингента (класс).
Основные задачи, решаемые в процессе урока (образовательные, воспитательные, оздоровительные).

Необходимо записать 3-4 задачи урока исходя из планирования учебного материала:

- **1 и 2 задача несут образовательное значение и отвечают на вопрос Что делать?**
(Обучать, повторять, закреплять, совершенствовать, учить отдельным фазам, элементам двигательного действия)
- **3 задача носит оздоровительное значение (Развивать)**
- **4 задача носит воспитательное значение связана с воспитанием личностных качеств, формированием коллектива (Воспитывать, содействовать воспитанию)**

Место и время проведения; где и когда проводится урок.
Инвентарь – (записать необходимый спортивный инвентарь, который будет применяться на уроке)
Конспект составил: (ФИО) проводящего.
Конспект проверил: (ФИО) преподавателя, инструктора, методиста

3. Последовательность записи подготовительной части урока:

1. Построение сообщение задач урока.
 2. Строевые упражнения, перестроения.
 3. Разновидности передвижений: (шагом..., бегом ...).
 - 4.ОРУ (на месте, с мячом)
- Например:

- 1) И.п. – основная стойка
 1. – правую влево на носок, руки вверх
 2. – И.п.
- 3-4 – тоже в право.
5. Эстафеты, подвижные игры

4. Последовательность записи основной части урока:

Образовательные задачи записываются в определённой последовательности

1. Обучать (учить)
2. Повторять, закреплять, совершенствовать. (если задачи схожи по смыслу или есть необходимость сначала повторить, а затем совершенствовать, задачи меняются местами)
3. В конце основной части урока применяются подвижные игры, эстафеты подводящие к видам спорта для закрепления навыков выполнения двигательных действий и развития специальных двигательных качеств.

5. Последовательность записи заключительной части урока:

1. Необходимо подобрать специальные упражнения:
 - Строевые упражнения, на внимание,
 - Упражнения на восстановление дыхания, гибкость,
 - Подвижные игры низкой интенсивности.
2. Построение, подведение итогов.
3. Домашнее задание

6. Вопрос записи дозировки и последовательность выполнения видов упражнений допускается:

Применение записи в: минутах 10', секундах 30", метрах (20 метров).
Дозировка повторов ОРУ:

- 8 – 12 раз при счёте на 1-4;
- 4 раза при счёте на 1- 4,5 - 8

Последовательность записи ОРУ:

1. Упражнение на осанку;
2. Упражнение общего воздействия (повороты, наклоны)
3. Упражнение для рук
4. Упражнение для туловища;
5. Упражнение для ног
6. Упражнение для развития координации
7. Упражнение для развитие силы
8. Упражнение для развитие гибкости
9. Упражнение для развитие прыгучести (разновидности прыжков на месте и в движении)
10. Упражнение на осанку.

собой вверх

4. Бросок мяча в парах

Перестроение

5. Бросок мяча в кольцо, стоя у щита справа под углом 45°

6. Тоже с левой стороны

7. Тоже по центру

8. Тоже, но увеличиваем расстояние до трех метров

Построение в одну шеренгу

Перестроение для работы в парах

3. Закреплять (совершенствовать) технику передачи мяча в движении.

ние

К: «Первые номера – положить мячи позади!»

К: «Выполняем бросок мяча в парах!»
- бросать точно в руки партнеру

20"

К: «Внимание класс! Взять мячи!»
К: «Первые номера налево, вторые напра-ВО!»

- подойти к противоположным баскетбольным щитам на расстояние 1,5 – 2 м.

- бросок осуществлять в щит, рука полностью разгибается
- выполнять по свистку

- выполнять по свистку

- выполнять по свистку

- во время броска смотреть на кольцо
- выполнять по свистку

20"

К: «Разойдись!»

К: «В одну шеренгу-СТАНОВИСЬ!»

20"

К: «Внимание класс! Равняйся! Смирно!»
К: «На первый-второй - РАСЧИТАЙСЬ!»
К: «первые номера 5 шагов вперед-МАРШ!... Кру-ГОМ!»

Р: «Вторые номера положить мячи!»

Первые и вторые номера – разомкнуться на 1,5 м., разобратсья в парах для выполнения упражнений в парах.

9'

Техника выполнения передачи мяча двумя руками от груди в движении изучалась на предыдущем занятии, поэтому можно лишь кратко напомнить технику выполнения данного действия.

Р: «Выполняем упражнения в парах, двигаясь вдоль баскетбольной площадки. Обратнo первые и вторые номера возвращаются медленным бегом!»

| | | | |
|--------------------------------|---|--|---|
| | | | <p>Важные замечания:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. участники стартуют строго по свистку; 2. передавать эстафету необходимо по хлопку; 3. сигнал завершения эстафеты – поднятые командой руки. |
| ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ 27 МИНУТ | <p>Построение в одну шеренгу</p> <p>1. Обучать технике броска мяча одной рукой от плеча с места. Создать целостное представление об изучаемом элементе.</p> <p>- рассказ</p> <p>- показ</p> | <p>20''</p> <p>10'</p> <p>2'</p> <p>20''</p> | <p>К: «Разойдись!» Р: «Взять по баскетбольному мячу!» К: «В одну шеренгу-СТАНОВИСЬ!» (место перестроения – слева или справа у стойки кольца баскетбольной площадки)</p> <p>Анализ техники: Данный бросок используется для атаки кольца со средней и длинной дистанции. В исходном положении игрок выставляет вперед ногу одноименной бросающей руке. С одновременным сгибанием ног в голеностопном, коленном и тазобедренном суставах, мяч выносится чуть выше лба. Локоть бросающей руки направлен на кольцо, мяч лежит на фалангах пальцев бросающей руки, другая рука придерживает его сбоку. С энергичным выпрямлением ног, выпрямляем руку и совершаем захлестывающее движение кистью бросающей руки. Не убираем руку до тех пор, пока мяч не коснется кольца (рука как-бы сопровождает мяч).</p> <p>Показ осуществляется подготовленным учеником или преподавателем</p> |
| | <p>Перестроение</p> | <p>20''</p> | <p>К: «Внимание класс! Равняйся! Смирно! К: «На первый-второй - РАСЧИТАЙСЬ!» К: «первые номера 5 шагов вперед-МАРШ!... Кру-ГОМ!» Первые и вторые номера – разомкнуться на 1,5 м., разобратся в парах для выполнения подводящих упражнений.</p> |
| | <p>2. Подводящие упражнения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Имитация выноса мяча вверх 2. Имитация выноса мяча и броска 3. Бросок мяча над | <p>5'</p> | <p>- мяч лежит на фалангах пальцев (при выполнении подводящих упражнений необходимо выполнить не менее 8-10 повторений)</p> <p>- руку сразу не опускать</p> <p>- кисть выполняет хлыстообразное движение</p> |
| | | | |

7. Вопрос записи методических указаний:

- соблюдение записи в соответствии требований гимнастической терминологии (рекомендуется):

 1. направленность (для мышц рук)
 2. плоскость показа (анфас, профиль)
 3. методические указания - контроль за правильностью выполнения с указанием на ошибки и пути их исправления.

Пример конспекта урока по спортивным играм (баскетбол 6 класс)

Задачи:

Образовательные

1. Обучать технике броска мяча одной рукой от плеча с места.
2. Закреплять технику передачи мяча в движении.

Развивающие

1. Развивать быстроту в эстафете «Кто быстрее».

Воспитательные

1. Содействовать развитию находчивости в принятии решений в игровой ситуации.

Инвентарь и оборудование: баскетбольные мячи, свисток, часы, фишки.

Место, время проведения: спортивный зал, 9.30 – 10.15 (45 минут)

Конспект составил: _____

Проверил: _____ **Оценка:** _____

| Часть урока | Содержание | Дозировка | Общие методические указания |
|-----------------------|--|-----------|---|
| ЧАСТЬ 14 МИНУТ | 1. Построение | 1' | - подтянутость и осанка при приеме рапорта физорга; К: «Вольно!» - проверка присутствующих, сообщение задач урока (терминология!) |
| | 2. Строевые упражнения Выполнение поворотов на месте | 20'' | К: «Равняйся! Смирно!» К: «Нале-ВО!» К: «Напра-ВО!» К: «Кру-ГОМ!» - можно повторить 2-3 раза К: «Нале-ВО!» К: «Налево в обход шагом-МАРШ!» Следить за дисциплиной и точностью выполнения команд. Цель – добиться внимания и сосредоточенности учащихся. |

3. Разновидности передвижений.

Шагом:

- обычная ходьба

4' - дать распоряжение о соблюдении дистанции 1 метр;

2' - периодически подавать команду идти в ногу, добиваясь единства в выполнении действия

40''
Начало каждого упражнения сопровождается показом преподавателя (следить за правильностью выбора места и плоскости показа)

- на носках, руки вверх;

20''
К: «Руки вверх-СТАВЬ!»
К: «На носках-МАРШ!»- руками тянуться выше, на пятки не опускаться, смотреть вперед;
- нужно почувствовать как напряжены мышцы спины;

- на пятках, руки за голову

20''
К: «Обычным шагом-МАРШ!»
К: «Руки за голову-СТАВЬ!»
К: «На пятках-МАРШ!»- локти развести четко в стороны, смотреть вперед, подбородок приподнять;
- нужно почувствовать как напряжены мышцы спины;

- в полуприседе, руки вперед

20''
К: «Обычным шагом-МАРШ!»
- набрать дистанцию 2 метра, подать команду идти в ногу, добиваясь единства в выполнении действия**К: «Руки вперед-СТАВЬ!»**
К: «В полуприседе-МАРШ!»
- смотреть вперед;
- нужно почувствовать как напряжены мышцы спины;

- скрестным шагом, руки на пояс;

20''
К: «Обычным шагом-МАРШ!»
- подать команду идти в ногу, добиваясь единства в выполнении действия
К: «Руки на пояс-СТАВЬ!»
К: «Скрестным шагом-МАРШ!»
- следить за координацией движений;

Бегом:

- Обычный бег

2' - **К: «Обычным шагом-МАРШ!»**
40'' **К: «Бегом-МАРШ!»**
- соблюдать дистанцию 1,5 м., темп бега средний (при необходимости задать ритм движений подсчетом)

- Спиной вперед, руки на пояс

20''
К: «Руки на пояс-СТАВЬ!»
К: «Спиной вперед-МАРШ!»

- в стойке баскетболиста правым боком

20''

- соблюдать дистанцию 1,5 м., смотреть через левое плечо

К: «Обычным бегом-МАРШ!»
К: «В стойке баскетболиста, правым боком-МАРШ!»

- следить за правильностью выполнения стойки (ноги присогнуты, передвижения пружинящие)

- в стойке баскетболиста левым боком

20''

К: «левым боком-МАРШ!»
- следить за правильностью выполнения стойки

- в стойке баскетболиста спиной вперед

20''

К: «спиной вперед-МАРШ!»
- соблюдать дистанцию 1,5 м.,
- следить за правильностью выполнения стойки
- смотреть через левое плечо
К: «Обычным бегом-МАРШ!»
К: «шагом-МАРШ!»
- подавать команду идти в ногу, добиваясь единства в выполнении действия

1. ОРУ с баскетбольными мячами в движении:

1. Круговые вращения мяча вокруг головы.

2. Тоже, вокруг туловища

3. Соединение двух элементов, «восьмёрка»

4. Перебрасывание мяча с одной руки на другую

5. Пронос мяча под ногой в махе с внутренней сторо-

5'

Р: «По ходу движения взять баскетбольный мяч»

- мячом не стучать

Начало каждого упражнения сопровождается показом преподавателя (следить за правильностью выбора места и плоскости показа)

- стараемся голову держать неподвижно, работают одни руки!

- работают одни кисти, руки в локтях стараться не сгибать!

- пронос больше, руки прямые, смотреть вперед!

- шаг шире, выпад глубже, активная работа кистей рук!