

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
КАФЕДРА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И СПОРТИВНОЙ РАБОТЫ

ОТЧЕТ
ПО УЧЕБНОЙ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ
ПРАКТИКЕ

Студент:

гр.БПО-21-ФК1

Буданова

подпись

К.Д. Буданова

Ф.И.О.

Руководитель практики

д.п.н., доцент

Барабаш

подпись

О.А. Барабаш

Ф.И.О.

Руководитель практики от предприятия:
Начальник отдела
Физической культуры, технических
и водных видов спорта ФГБОУ «ВДЦ «Океан»

Шелудько

подпись

И.В. Шелудько

Ф.И.О.



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ЭКОНОМИКИ И СЕРВИСА
КАФЕДРА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И СПОРТИВНОЙ РАБОТЫ

ЗАДАНИЕ

на учебную педагогическую практику

Студент Буданова Ксения Дмитриевна

1. Срок прохождения практики: 26.06.2023 - 15.07.2023 (приказ № 4708-с от 22.06.2023 г.)

2. Содержание практики:

Задание 1. Ознакомиться с правилами внутреннего распорядка, структурой и основными функциями организации, требованиями охраны труда и пожарной безопасности.

Задание 2. Провести учебно-тренировочные занятия по виду спорта.

Задание 3. Принять участие в проведении физкультурно-массового мероприятия.

Задание 4. Принять участие в судействе соревнования по виду спорта.

Задание 5. Написать тезисы по теме: «Современное представление о педагогических задачах физического воспитания (образовательные, развивающие, оздоровительные, воспитательные) и актуальных качествах (свойствах) личности».

Задание 6. Оформить отчет и документы практики в печатном и электронном виде и представить на подпись в соответствии с требованиями организации и в установленные графиком практики сроки.

Дата выдачи задания: 26.06.2023

Руководитель практики
д.п.н., доцент



подпись

О.А. Барабаш
Ф.И.О.

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
КАФЕДРА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И СПОРТИВНОЙ РАБОТЫ

КОНТРОЛЬНЫЙ ЛИСТ

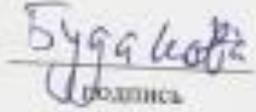
прохождения инструктажа по охране труда и пожарной безопасности

Студент К.Д. Буданова
Ф.И.О.

Группы БПО-21-ФК1

Кафедра физкультурно-оздоровительной и спортивной работы Руководитель практики
д.п.н., доцент, О.А. Барабаш.

Инструктаж по ознакомлению с требованиями охраны труда, техники безопасности,
противопожарной безопасности прошел  / О.А. Барабаш /
(подпись уполномоченного лица)

С правилами трудового распорядка ознакомлен(а) Буданова К.Д. Буданова
 / подпись / Ф.И.О. (студента)

В период с 26 июня по 15 июля 2023 года в соответствии с графиком учебного
процесса я проходил (а) учебную педагогическую практику. В качестве задания на практику
мне были зачтены различные виды работ. Виды и сроки выполненных работ представлены
ниже.

ГРАФИК (ПЛАН)

прохождения учебной педагогической практики

Студент: К.Д. Буданова
Ф.И.О.

Группа БПО-21-ФК1

Сроки прохождения практики: 15.07.2023 - 04.08.2023

Тема индивидуального задания на практику: **«Участие в организации и проведении физкультурно-оздоровительной работы в детском оздоровительном лагере».**

Виды работ	Структурное подразделение/ название проекта /мероприятие	Дата	Количество о отработан ного времени	Наличие случаев опозданий и/или не своевременного выполнения заданий
Установочная конференция об организации практики в ФГБОУ «ВДЦ «Океан»	Кафедра Физкультурно-оздоровительной и спортивной работы	26.06.2022	2	
Инструктаж по технике безопасности	Кафедра Физкультурно-оздоровительной и спортивной работы	26.06.2022	2	
Участие в работе «ВДЦ Океан»	Ознакомится с деятельностью ФГБОУ «ВДЦ «Океан»: изучить официальный сайт; подобрать источники информации по теме индивидуального задания; сформировать список литературы.	26.06.2022 – 15.07.2022	8	
	Провести фрагмент учебно-тренировочного занятия по виду спорта; провести учебно-тренировочные занятия по виду спорта.		64	
	Составить план спортивно-массовой работы на период смены; написать положение спортивно-массового мероприятия; принять участие в физкультурно-массовом мероприятии; написать отчет о проведении спортивно-массового мероприятия.		26	
	Принять участие в судействе соревнований по видам спорта		12	
	Написать тезисы по теме: «Современное представление о педагогических задачах физического воспитания»		10	

	(образовательные, развивающие, оздоровительные, воспитательные) и актуальных качествах (свойствах) личности.			
Оформление отчётных документов практики в печатном и электронном виде, представление на защиту в соответствии с требованиями и установленным графиком практики сроками	Загрузить отчет в СУЭД ВГУЭС	15.07.2023	20	
Итого:			144	

Дата выдачи задания на практику 26.06.2023

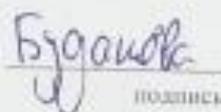
Срок сдачи студентом готового отчета 15.07.2023

Руководитель практики
д.п.н., доцент


подпись

О.А. Барабина
Ф.И.О.

Задание принял


подпись

К.Д. Буданова
Ф.И.О.

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
КАФЕДРА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И СПОРТИВНОЙ РАБОТЫ

ОТЗЫВ РУКОВОДИТЕЛЯ

на отчет по Учебной педагогической практике студентки группы БПО-21-ФК1

Будановой Ксении Дмитриевны, направления подготовки 44.03.01 Педагогическое образование. Профиль Физическая культура.

Руководитель учебной педагогической практики профессор кафедры физкультурно-оздоровительной и спортивной работы ВВГУ О.А. Барабаш.

Тема индивидуального задания: «Участие в организации и проведении физкультурно-оздоровительной работы в детском оздоровительном лагере».

За время прохождения практики студентка в соответствии с заданием приняла участие в организации и проведении различных видов физкультурно-массовой деятельности и проведении учебно-тренировочных занятий по различным видам спорта, на основании данных, представленных на официальном сайте ФГБОУ ВДЦ «Океан» ею была изучена и дана характеристика структуры организации, педагогического состава сотрудников по физической культуре, описание спортивных сооружений, особенности организации физкультурно-спортивных мероприятий. Ею была подготовлена методическая разработка. За время прохождения практики Буданова Ксения Дмитриевна проявила достаточный уровень теоретической и практической подготовки, продемонстрировала умение применять и использовать полученные теоретические знания для решения поставленных практических задач.

Программа практики выполнена полностью.

Оценка «Отлично»

Руководитель практики
д.п.н., доцент


подпись

О.А. Барабаш
Ф.И.О.

Содержание

Введение	8
Раздел 1. Характеристика структуры и основных функций организации ВДЦ «Океан»	9
Раздел 2. Учебно-тренировочные занятия по виду спорта по шахматам, волейболу, плаванию.....	13
Раздел 3. Физкультурно-массовое мероприятие «Веселые старты».....	37
Раздел 4. Судейство соревнований по виду спорта по волейболу.....	41
Раздел 5. Современное представление о педагогических задачах физического воспитания (образовательные, развивающие, оздоровительные, воспитательные) и актуальных качествах (свойствах) личности	43
Выводы	50
Список литературы	51

Введение

Учебная педагогическая практика является необходимой частью подготовки бакалавров направления «Педагогическое образование» и проводится с целью ознакомления студентов с основами педагогической деятельности в летнем оздоровительном лагере.

Учебная педагогическая практика проходила на базе ВДЦ «Океан» с 26 июня по 15 июля 2023 года. Руководитель учебной педагогической практики доцент кафедры физкультурно-оздоровительной и спортивной работы О.А. Барабаш.

Содержательно практика представляла собой участие в различных видах физкультурно-массовой деятельности и проведение учебно-тренировочных занятий, выполнение индивидуального задания от руководителя практики по теме: «Участие в организации и проведении физкультурно-оздоровительной работы в детском оздоровительном лагере». Была изучена и дана характеристика структуры организации ВДЦ «Океан». Мною были проведены учебно-тренировочные занятия по шахматам, волейболу, плаванию. Я принял участие в судействе соревнования по волейболу. А также я принял участие в проведении физкультурно-массового мероприятия «Веселые старты».

В Отчете представлены, так же, результаты задания по написанию тезисов по теме: «Современное представление о педагогических задачах физического воспитания (образовательные, развивающие, оздоровительные, воспитательные) и актуальных качествах (свойствах) личности».

Работа осуществлялась по изучению и обзору литературных источников, ресурсов интернета. Индивидуальное задание было дано руководителем практики на установочной конференции по организации практики. В течение практики я получал обратную связь в виде оценивания и характеристики проделанной работы.

Результатом проделанной работы стало овладение профессиональными навыками по формированию компетенции: ОПК-3 «Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов».

Раздел 1. Характеристика структуры и основных функций организации ВДЦ «Океан»

Дадим краткую характеристику организации в ВДЦ «Океан» (Таблица 1).

Таблица 1 – Общие сведения, размещенные на официальном сайте

1)	Адрес образовательного центра (оздоровительного лагеря)	690108, Приморский край, г. Владивосток, ул. Артековская, 10
2)	Название образовательного центра (оздоровительного лагеря)	Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение "Всероссийский детский центр "Океан"
3)	Руководитель (ф.и.о.) образовательного центра (оздоровительного лагеря)	Соловей Наталья Владимировна
4)	Педагогический состав сотрудников по физической культуре (указать ф.и.о.)	Шелудько Денис Владимирович Стрельников Дмитрий Александрович Балабанова Елизавета Алексеевна Гераськина Екатерина Евгеньевна Гордеев Артём Юрьевич Губская Виктория Эдуардовна Дубовицкий Александр Сергеевич Жапов Евгений Владимирович Кузнецов Павел Сергеевич Мыльников Николай Александрович Мыльникова Виктория Андреевна Нагимов Виктор Константинович Олейник Александр Александрович Четырин Сергей Александрович Шелупайко Анатолий Михайлович
5)	Количество и название дружин (отрядов)	6 дружин: Дружина-флотилия «Парус» Дружина «Тигрёнок» Дружина «Китёнок» Дружина «Океанская Эскадра» Дружина «Галактика» Дружина «Бригантина»
6)	Описание спортивных сооружений	<ul style="list-style-type: none"> • Физкультурно-оздоровительный комплекс; • Ледовый Дворец, с универсальным резиновым покрытием с действующим прокатом спортивного инвентаря; • Плавательный бассейн; • Стадион с легкоатлетическими дорожками и полем с искусственным покрытием для игры в футбол; • Тренажерный зал; • Зал настольного тенниса; • Теннисный корт;

	<ul style="list-style-type: none"> • Площадки для игры в бадминтон; • Залы для фитнеса и аэробики; • Зал самбо; • Зал для игры в интеллектуальные настольные игры (шашки, шахматы, го) • Зал чирлидинга; • Открытые площадки для занятий экстремальными видами спорта: <ul style="list-style-type: none"> - верёвочный парк; - скалодром; - воркаут площадки; <ul style="list-style-type: none"> • Картодром; • Квадродром; • Открытые площадки для занятий стритболом, баскетболом и волейболом; • пляж, оборудованный для купания детей и катания на сап-бордах; • Открытые бассейны с морской водой и водными горками; <p>Спортивные объекты ВДЦ «Океан» предназначены для регулярных занятий спортом детей разных возрастов и разного уровня подготовки, а также для проведения соревнований. Спортивные залы в полной мере соответствуют всем требованиям к проведению соревнований по единоборствам и сложно-координационным видам спорта.</p>
--	---

Таблица 2 – Сведения планирования работы в образовательном центре (оздоровительном лагере)

1)	Направления или виды планирования работы инструктора по физической культуре (отрядного вожатого) (на смену)	Ежедневная зарядка Ежедневные занятия по плаванию Туристические походы Подготовка проведения спортивных мероприятий
----	---	--

Таблица 3 – Организация воспитательного процесса

1)	Описание плана воспитательной работы на смену	<p>Цель: 1) Создать условия для оздоровления детей в летний период.</p> <p>2) Создать условия для развития творческих и познавательных способностей детей.</p> <p>Задачи: 1) Провести работу по сплочению детского коллектива, привитию полезных навыков самоуправления и самообслуживания, развитию инициативы.</p> <p>2) Создание условий для практического применения навыков в общественно – полезной деятельности, развития и саморазвития личности ребёнка.</p> <p>3) Расширения и углубления знаний, умений и навыков в художественном творчестве, спорте,</p>
----	---	---

	<p>краеведении и других видах познавательной деятельности.</p> <p>Всю воспитательную и образовательную работу ВДЦ «Океан» в период смены (21 календарный день) можно условно разделить на 4 блока – компонентов воспитательно – образовательной работы</p> <p>Блок 1 - « Патриотический»</p> <p>Блок 2 - «Спортивно - оздоровительный»</p> <p>Блок 3 - « Образовательно- познавательный»</p> <p>Блок 4 - « Художественно - эстетический »</p> <p>Предполагаемый результат:</p> <p>Для ребенка:</p> <ul style="list-style-type: none"> • умение и потребность применять знания о здоровом образе жизни на практике; • раскрытие способностей, развитие склонностей и интересов, приобретение новых знаний, умений и друзей; • наличие условий для самоутверждения, самореализации и социализации. <p>Для родителей:</p> <ul style="list-style-type: none"> • новые средства общения с ребенком, возможность лучше его узнать, как самостоятельного человека и творческую личность. <p>Для педагогов:</p> <ul style="list-style-type: none"> • освоение новых приемов и методов работы в летнем лагере; • диагностика, стимулирование детей к познанию духовного и окружающего мира; • помощь в общении друг с другом; • развитие организаторских и лидерских способностей.
--	---

Таблица 4 – Организация физкультурно-спортивных мероприятий

1)	Планирование и проведение спортивных мероприятий и подвижных игр в закреплённом отряде (дружине).	<ol style="list-style-type: none"> 1. Утренняя зарядка 2. «Веселые старты» 3. «Чемпионат Океанских Рекордов» 4. «Большая Океанская Игра» 5. «Снайпер» 6. Спортивные соревнования по различным видам спорта (лапта, волейбол, баскетбол, бадминтон, настольный теннис, шахматы и т.д.)
2)	Участие в проведении спортивных мероприятий и по общему плану детского оздоровительного лагеря.	<ol style="list-style-type: none"> 1. «Веселые старты» 2. «Чемпионат Океанских Рекордов» 3. «Снайпер» 4. «Большая Океанская Игра» 5. Спортивные соревнования по баскетболу, волейболу и бадминтону

3)	Основные формы физкультурно-спортивной (оздоровительной) деятельности в детском оздоровительном лагере	<ol style="list-style-type: none">1. Утренняя зарядка2. Занятия/тренировки по различным видам спорта;3. Оздоровительных мероприятий;4. Конкурсы и соревнования по различным видам спорта; Спортивно-массовые мероприятия.
----	--	--

Раздел 2. План-конспект учебно-тренировочного занятия по плаванию, шахматам, волейболу.

Разработать за период практики конспекты занятий (физкультурные занятия, учебно-тренировочные занятия, кондиционная тренировка и др.) для занимающихся в прикрепленных группах, согласовать с инструктором по физической культуре, утвердить конспекты занятий у руководителя практики.

2.1 Расписание занятий

РАСПИСАНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ

Расписание тренировочных занятий

Отряды (дружины)	Дни и часы занятий					
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота
Парус	9:40-11:00 Занятие по волейболу	9:40-11:00 Занятие по шахматам	14:40-16:00 Занятие по волейболу	11:20-12:40 Соревнования по волейболу	9:40-11:00 Занятие по плаванию	
Бригантина	11:20-12:40 Занятие по волейболу	9:40-11:00 Занятие по волейболу	9:40-11:00 Занятие по плаванию		9:40-11:00 Занятие по бадминтону	
Тигрёнок	9:40-11:00 Занятие по плаванию	11:20-12:40 Занятия по шахматам	11:20-12:40 Занятие по плаванию		11:20-12:40 Занятие по волейболу	
Океанская Эскадра	14:40-16:00 Занятие по волейболу	14:40-16:00 Занятия по плаванию	11:20-12:40 Занятие по волейболу		14:40-16:00 Занятие по плаванию	

2.2 Конспекты занятий

КОНСПЕКТЫ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ

ПО ПЛАВАНИЮ № 1

Группа 7 отряд «Бригантина»

Место проведения: бассейн

Задачи:

Образовательные:

- 1) обучить технике выполнения согласования движений ног и дыхания кролем на груди.

Оздоровительные:

- 1) Закаливание;
- 2) Развитие координации движения.

Воспитательные:

- 1) Формирование дисциплинированности и дыхательной системы.

Развивающие:

- 1) повышение функциональных возможностей организма.

Инвентарь: свисток, плавательные доски.

П О Д Г О Т О В И Т Е Л Ь Н А Я Ч А С Т Ь 20	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
	Построение; расчёт на месте; приветствие; проверка формы; постановка задач.	2 минуты	1) Проверить плавательную форму одежды; 2) Проверить самочувствие учащихся.
	И. И.п. стойка ноги врозь, руки на пояс, наклоны головы на 1 – назад, на 2 вперед, на 3 – вправо, на 4 – влево.	4 раза	Наклоны делать плавно без резких движений
	II. И.П – стойка ноги врозь, руки на пояс 1 Поворот головы в правую сторону 2. И.П 3. Поворот головы в левую сторону 4. И.П	4 раза	Дыхание ровное
	III. И.П- стойка ноги врозь, правая рука вверх, левая вдоль туловища. 1-2 - Отведение прямой руки назад 3-4 - Тоже со сменой рук.	8 раз	Руки прямые

минут	IV. И.П.- стойка ноги врозь, руки к плечам. 1-4 Круговые движения в плечевом суставе вперед. 5-8 назад.	8 раз	Правильное выполнение круговых движений в плечевом суставе; Спина прямая.
	V. И.П.- Стойка ноги врозь, руки вдоль туловища. 1-4 Круговые движения руками вперед. 5-8 назад.	8 раз	Взгляд вперед
	VI. Наклоны вперед к каждой ноге. И.п – стойка ноги врозь, руки на пояс. На 1 – наклон к правой, 2- к центру, 3- к левой, 4- и.п.	4 раза	Наклоны как можно ниже, без рывков
	VII И.п. узкая стойка, ноги согнуты в коленном суставе, руки на колени, круговые движения на 1-4 вправо, 5-8 влево.	4 раза	Спина прямая Сохраняем нейтральное положение позвоночника
	VIII И.П. – стойка левая на носок, руки на пояс. 1 – 4 круговые движения в голеностопном суставе к себе. 5 – 8 от себя.	8 раз	Руки на пояс, спина прямая, взгляд устремлен вперед.
	XI И.П. – стойка правая на носок, руки на пояс. 1 – 4 круговые движения в голеностопном суставе к себе. 5 – 8 от себя.	8 раз	Дыхание ровное; Упражнение выполнять спокойно.
	X И.п. -основная стойка, правая нога согнута, стопу тянем к бедру, рука держит ногу.	10 сек на каждую ногу	Удержание положения равновесия
	XI И.П. стойка ноги врозь, руки вверх. 1-6 наклон вперед 7-8 И.П	4 раза	Сохраняем нейтральное положение позвоночника.
	<u>Имитация ударов ногами лежа на груди согласуя с дыханием:</u> Лечь на плавательную доску, ноги вытянуть и слегка поднять. Стопы должны быть вытянуты, ноги – максимально выпрямлены. В таком положении начинаем попеременную работу ногами, имитируя плавание в воде. На 1 вдох, на 6 счетов выдох.	2 мин	Ноги прямые, работа ног от бедра
	50 мин		
Специальные подготовительные упражнения с неподвижной опорой	4 мин	Ноги в коленях не сгибать, спина прямая.	
I. И.п. — сидя на краю бассейна, опустив ноги в воду. Движения			

	ногами кролем по команде		
II.	И.п.- стойка ноги врозь ноги на дне бассейна, руками держимся за бортик на 1 вдох и выдох на 6 счетов голова прямо	2 мин	Ноги в коленях не сгибать, спина ровная.
III.	И.п.- стойка ноги врозь ноги на дне бассейна, левой рукой держимся за бортик, правая вдоль туловища, на раз вдох под правую руку, выдох на 6 счетов	1 мин	Руки прямые, ноги в коленях не сгибать, голова в воде
IV.	И.п.- стойка ноги врозь ноги на дне бассейна, правой рукой держимся за бортик, левая вдоль туловища, на раз вдох под левую руку, выдох на 6 счетов	2 мин	Лицо опущено в воду, голова прямо, руки прямые, ноги прямые
V.	И.п. — лежа на груди, держась за бортик вытянутыми руками; лицо опущено в воду. Движения ногами кролем. Упражнение выполняется на задержке дыхания	2 мин	Руки прямые, согласование ног и дыхания.
VI.	И.п. — лежа на груди, держась за бортик левой рукой, правая вдоль туловища. Работа ног кролем 6 ударов на выдохе затем вдох с поворотом головы вправо	5 мин	Руки прямые, согласование ног и дыхания, интенсивная работа ног
VII.	И.п.- лежа на груди держась за бортик правой рукой, левая вдоль туловища. Работа ног кролем 6 ударов на выдохе затем вдох с поворотом головы влево	5 мин	Следим внимательно за дыханием. Чаще работаем ногами кролем.
	Подготовительные упражнения с подвижной опорой	50 метров	Руки прямые, ноги работают интенсивно, голова прямо, вдох, 6 ударов ногами на выдохе
VIII.	И.п.- лежа на груди доска в руках, голова прямо, ноги работают кролем		

	IX. И.п. лежа на груди доска в левой руке, правая вдоль туловища, ноги работают кролем, вдох под правую, выдох на 6 ударов ногами	50 метров	Ноги работают интенсивно, руки прямые, согласование ног и дыхания
	X. И.п. лежа на груди доска в правой руке, левая вдоль туловища, ноги работают кролем, вдох под левую, выдох на 6 ударов ногами	50 метров	Ноги работают интенсивно, руки прямые, согласование ног и дыхания
	Упражнения на согласование ног и дыхания без опоры	50 метров	Ноги работают интенсивно, голова прямо
	XI. И.п. лежа на груди руки в стрелочке, голова прямо, ноги работают кролем	50 метров	вдох- 6 ударов ногами выдох
	XII. И.п. лежа на груди левая впереди, правая вдоль туловища, ноги работают кролем, вдох под правую, выдох на 6 ударов ногами	50 метров	Ноги работают интенсивно, руки прямые, согласование ног и дыхания
	XIII. И.п. лежа на груди правая впереди, левая вдоль туловища, ноги работают кролем, вдох под левую, выдох на 6 ударов ногами	50 метров	Ноги работают интенсивно, руки прямые, согласование ног и дыхания
З А К Л Ю Ч И Т Е Л Ь Н А Я	Игра 1 «Салки» Описание игры. Один из играющих — «салка» — старается догнать и дотронуться до кого-либо из плавающих товарищей.	6 мин	Игра проводится на глубоком месте, чтобы участники плавали, не касаясь ногами дна.
	Игра 2 СОРЕВНОВАНИЕ С ДОСКОЙ Описание игры. Доска в руках. По команде дети плывут, передавая эстафету 25 метров. Выигрывает та команда, которая приплыла быстрее.	2 мин	Следить за техников выполнения
	Организационный выход из воды. Построение в шеренгу, расчёт на месте по кол-ву человек. Подведение итогов	2 мин	Проверка на наличие всех учащихся. Опрос что изучили, и какие впечатления об уроке.

КОНСПЕКТ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ
ПО ПЛАВАНИЮ №2

Группа: 10 отряд «Тигрёнок»

Место проведения: Бассейн ВДЦ «Океан»

Задачи:

Образовательная: совершенствование согласованию движений кролем на спине ног, рук и дыхания.

Развивающая: повышение функциональных возможностей организма.

Воспитательная: воспитание воли, настойчивости, трудолюбия.

Оздоровительная: формирование дыхательной системы.

Место проведения: бассейн.

Инвентарь: свисток, ласты, плавательные доски, пояса.

Часть урока	Содержание	Дозировка	Методические указания
П О Д Г О Т О В И Т Е Л Ь Н А Я	Построение; расчёт на месте; приветствие; проверка формы; постановка задач.	2 минуты	Проверить плавательную форму одежды; проверить самочувствие учащихся.
	<p>I И.П – стойка ноги врозь, руки на пояс</p> <p>1. Наклон головы вперед</p> <p>2. Назад</p> <p>3. Вправо</p> <p>4. Влево</p>	4 раза	Спина прямая; упражнение выполнять спокойно.
	<p>II И.П – стойка ноги врозь, руки на пояс</p> <p>1-4 Круговое движение вправо</p> <p>5-8 Влево</p>	4 раза	Дыхание ровное, спина прямая
	<p>III И.П- стойка ноги врозь, правая рука вверх, левая вдоль туловища.</p> <p>1-2 - Отведение прямой руки назад</p>	4 раза	Руки прямые

Ч А С Т Ь (20 минут)	3-4 - Тоже со сменой рук.		
	V И.П.- Стойка ноги врозь, руки вдоль туловища. 1-4 Круговые движения правой рукой вперёд 5-8 назад	4 раза	Руки прямые; избегать чрезмерных поворотов туловища
	VI И.П.- Стойка ноги врозь, руки вдоль туловища. 1-4 Круговые движения левой рукой вперёд 5-8 назад	4 раза	Руки прямые; избегать чрезмерных поворотов туловища
	VII И.П.- широкая стойка, руки на пояс 1. Наклон туловища вперед, руки касаются правой ноги 2. Руки касаются пола 3. Руки касаются левой ноги 4. И.П	4 раз	Ноги прямые; упражнение выполнять спокойно.
	VIII И.П.- стойка ноги врозь, руки на пояс 1-4 круговое движение вправо 5-8 влево	4 раза	Взгляд прямо; дыхание ровное.
	IX И.П. – стойка правая на носок, руки на пояс. 1 – 4 круговые движения в голеностопном суставе от себя. 4– 8 к себе.	8 раз	Спина прямая; взгляд прямо.
	X И.П. – стойка левая на носок, руки на пояс. 1 – 4 круговые движения в голеностопном суставе от себя. 5 – 8 к себе.	8 раз	Дыхание ровное; упражнение выполнять спокойно.
	XI И.П. – стойка ноги согнуты в коленном суставе, руки на колени. 1-4 Круговые движения в коленном суставе вправо.	4 раза	Следить за техникой выполнения упражнения.

5-8 Влево		
XII И.П.- стойка ноги врозь, руки в «стрелочку», поочерёдные круговые движения как при кроле на спине, ногами имитируем движение как при кроле на спине. Вдох, выдох на 6 ударов ногами.	4 раза	Дыхание ровное
XIII И.П.- стойка ноги врозь, руки в «стрелочку», попеременные круговые движения как при кроле на спине, ногами имитируем движение как при кроле на спине. Вдох, выдох на 6 ударов ногами.	4 раза	Дыхание ровное
Имитационные упражнения с подвижной опорой		
I Руки в «стрелочке», дощечка в руках, на ногах ласты Гребки левой рукой, с работой ног, вдох, выдох на 6 ударов	12 метров	Дыхание ровное, соблюдать технику безопасности
II Руки в «стрелочке», дощечка в руках, на ногах ласты Гребки правой рукой, с работой ног, вдох, выдох на 6 ударов	12 метров	Дыхание ровное, соблюдать технику безопасности
III Руки в «стрелочке», дощечка в руках, на ногах ласты Поочерёдные гребки руками, с работой ног, вдох, выдох на 6 ударов	12 метров	Дыхание ровное, соблюдать технику безопасности
IV Руки в «стрелочке», пояс застёгнут на талии, на ногах ласты Гребки левой рукой, с работой ног, вдох, выдох на 6 ударов	12 метров	Дыхание ровное, соблюдать технику безопасности
V Руки в «стрелочке», пояс застёгнут на талии, на ногах ласты Гребки правой рукой, с работой ног, вдох, выдох на 6 ударов	12 метров	Дыхание ровное, соблюдать технику безопасности
VI Руки в «стрелочке», пояс застёгнут на талии, на ногах ласты. Поочерёдные гребки, вдох, выдох на 6 ударов ногами	12 метров	Дыхание ровное, соблюдать технику безопасности
VII Руки в «стрелочке», пояс застёгнут на	12 метров	Дыхание ровное, соблюдать

О С Н О В Н А Я Ч А С Т Ь (50 минут)	тали, на ногах ласты Попеременные гребки, с работой ног, вдох, выдох на 6 ударов		технику безопасности
	Упражнения без опоры I Руки в «стрелочке», на ногах ласты Гребки левой рукой, с работой ног, вдох, выдох на 6 ударов	12 метров	Дыхание ровное, соблюдать технику безопасности, следит за правильностью выполнения упражнения
	Руки в «стрелочке», на ногах ласты Гребки правой рукой, с работой ног, вдох, выдох на 6 ударов	12 метров	Дыхание ровное, соблюдать технику безопасности, следит за правильностью выполнения упражнения
	Руки в «стрелочке», на ногах ласты. Поочерёдные гребки, вдох, выдох на 6 ударов ногами	12 метров	Дыхание ровное, соблюдать технику безопасности, следит за правильностью выполнения упражнения
	Руки в «стрелочке», на ногах ласты Попеременные гребки, с работой ног, вдох, выдох на 6 ударов	12 метров	Дыхание ровное, соблюдать технику безопасности, следит за правильностью выполнения упражнения
З А К Л Ю	Эстафета «Кто быстрее» Учащиеся делятся на две команды и выбирают любое имитационное упражнение. Задача доплыть до середины бассейна и обратно, передать эстафету коллеге и встать в конец колонны.	6 минут	Выигрывает та команда, которая быстрее справилась с заданием

<p>Ч И Т Е Л Ь Н А Я Ч А С Т Ь (10 минут)</p>	<p>Организационный выход из воды Уборка инвентаря; построение; расчёт; подведение итогов урока Уход с занятия</p>	<p>4 минуты</p>	<p>Дать информацию о задачах следующего урока, похвалить воспитанников о проделанной работы, выставить оценки.</p>
--	--	-----------------	--

**КОНСПЕКТ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ
ПО ВОЛЕЙБОЛУ №3**

Группа: 6 отряд «Бригантина»

Задачи урока:

- 1. Образовательная:** совершенствование общеразвивающих упражнений (ОРУ).
- 2. Оздоровительная:** развитие дыхательной системы, формирование правильной осанки.
- 3. Воспитательная:** чувство ответственности, взаимопомощи, выносливости.
- 4. Развивающая:** развитие навыков игры в команде.

Место проведения: спортивный зал.

Инвентарь: волейбольные мячи, свисток.

Часть урока	Содержание	Дозировка	Методические указания
П О Д Г О Т О В И Т Е Л Ь Н А Я Ч А С Т Ь 20 МИНУТ	Построение Сдача рапорта приветствия	1 минута	1) Проверить спортивную форму; 2) Проверить наличие жевательной резинки; 3) Проверить самочувствие учащихся.
	Развитие координации		
	Повороты Направо Налево Кругом	3 раза	1) Спина прямая; 2) Повороты в правильную сторону;
	Перестроение в 2 шеренги	2–3 раза	1) Следить за правильной перестройкой;
	Перестроение в 3 шеренги	2–3 раза	2) Спина прямая; 3) Дыхание ровное.
	Ходьба : На носках На пятках	1 круг	1) Ноги прямые; 2) Руки вверх;

	Круговые движения правой рукой Круговые движения левой рукой	0,5 круга	1) Руки прямые; 2) Спина прямая; 3) Следить за дистанцией.
	Отведение прямых рук назад	0,5 круга	1) Дыхание ровное; 2) Ноги прямые; 3) Устойчивое положение тела.
	Наклоны на каждый шаг Выпады на каждую ногу	0,5 круга	1) Спина прямая; 2) Уровень сгибание в коленном суставе 90 градусов. 3) Руки на пояс.
	Бег: Сгибание ног вперёд, назад	1 круг	1) Следим за дыханием; 2) Дистанция 2 метра; 3) Руки работают вдоль туловища, часто.
	Приставной шаг: Правым боком Левым боком	0,5 круга	1) Взгляд вперёд; 2) Ноги прямые.
	Скрестный шаг: Правым боком Левым боком	1 круг	1) Руки согнуты в локтевом суставе, работают часто.
	Восстановления дыхания: Быстрый шаг Обычный шаг	1 мин 1 мин	1) Восстанавливаем дыхание.
	Перестроение 12,9,6,3, на месте	1 мин	1) Правильность техники выполнения перестроений.
	I И.П – стойка ноги врозь, руки на пояс 1. Наклон головы вперед 2. И.П 3. Наклон головы назад 4. И.П	4 раза	1) Спина прямая; 2) Упражнение выполнять спокойно.
	II И.П – Стойка ноги врозь руки на пояс 1-4 круговое движение головой вправо 5-8 влево	4 раза	

<p>III И.П – стойка ноги врозь, руки на пояс 1. Поворот головы в правую сторону 2. И.П 3. Поворот головы в левую сторону 4. И.П</p>	<p>4 раза</p>	
<p>I И.П- стойка ноги врозь, правая рука вверх, левая вдоль туловища. 1-2 Отведение прямой руки назад 3-4 Тоже со сменой рук.</p>	<p>4 раза</p>	<p>1)Отведение прямых рук</p>
<p>II И.П- стойка ноги врозь, руки к плечам. 1-4 Круговые движения в плечевом суставе вперед. 5-8 назад.</p>	<p>4 раза</p>	<p>1)Правильное выполнение круговых движений в плечевом суставе; 2) Спина прямая.</p>
<p>III И.П.- Стойка ноги врозь, руки вдоль туловища. 1-4 Круговые движения руками вперед. 5-8 назад.</p>	<p>4 раза</p>	<p>1)Взгляд вперед.</p>
<p>I И.П.- стойка ноги врозь, руки на пояс 1. Наклон туловища вперед, руки касаются пола 2. И.П 3. Наклон туловища вперед, руки касаются пола 4. И.П</p>	<p>8 раз</p>	<p>1)Ноги прямые; 2)Упражнение выполнять спокойно.</p>
<p>II И.П.- стойка ноги врозь, руки на пояс 1.Наклон туловища влево, правая рука вверх. 2. И.П 3. Наклон туловища вправо, правая рука вверх. 4. И.П</p>	<p>4 раза</p>	<p>1)Взгляд прямо; 2)Следить за техникой выполнения упражнения.</p>
<p>III И.П.- стойка ноги врозь, руки на пояс 1.Присед 2. Наклон вперед, руки касаются пола 3. Присед 4. И.П</p>	<p>4 раза</p>	<p>1)Во время приседа коленный сустав двигается по направлению стопы (на средний палец); 2) При выполнении приседа контролировать правильные изгибы позвоночника (не допускать усиления или</p>

			уплощения поясничного лордоза)
	I И.П. - стойка ноги врозь, руки на пояс. 1. Выпад назад правой ногой. 2. И.П. 3. Выпад назад левой ногой. 4. И.П.	8 раз	1)95% веса тела на ноге, стоящей спереди; 2)Голени ноги, стоящей спереди перпендикулярны.
	II И.П. – стойка правая на носок, руки на пояс. 1 – 4 круговые движения в голеностопном суставе к себе. 5 – 8 от себя.	8 раз	1)Сохранять физиологические изгибы позвоночника; 2)Взгляд прямо;
	III И.П. – стойка левая на носок, руки на пояс. 1 – 4 круговые движения в голеностопном суставе к себе. 5 – 8 от себя.	8 раз	1)Дыхание ровное; 2) Упражнение выполнять спокойно.
	IV И.П. – стойка ноги согнуты в коленном суставе, руки на колени. 1-4 Круговые движения в коленном суставе вправо. 5-8 Влево	4 раза	1)Следить за техникой выполнения упражнения.
О С Н О В Н А Я Ч А С Т Ь 50 МИНУТ	Развитие навыков игры в команде. I Верхняя передача мяча в паре. А) С 1 удара верхняя передача. Б) С 2 ударов и на 3 верхняя передача мяча партнёру. В) С 3 ударов и на 4 верхняя передача мяча партнёру.	8 минут	1)Дыхание ровное; 2) Пальцы рук напряжены; 3) Ноги слегка согнуты; 4) Соблюдать правильную стойку волейболиста.
	II Двое игроков стоят по бокам, один в центре между ними. 1 выполняет верхнюю передачу тому, кто стоит в центре; Центровой выполняет верхнюю передачу через спину 3 партнёру.	4 минут	1)Правильно выполнять стойку волейболиста. 2) Внимательно следить за направлением мяча. 3) Пальцы рук напряжены. 4) Мышцы пресса напряжены.
	III Упражнение в тройках (двое с одной стороны, третий-напротив); Со стороны двух игроков выполняется верхняя передача. Выполнив передачу, игрок убегает за спину стоящего напротив.	5 мин	1)Взгляд направлен на мяч; 2)Следить за напарниками, перебегая поочерёдно за спину учащемуся.
	IV И.П. Двое игроков стоят по бокам, один в центре между ними.	5 мин	1)Следить за техникой

	1 выполняет нижнюю передачу тому, кто стоит в центре; Центровой выполняет нижнюю передачу через спину 3.		выполнения упражнения. 2) Следить за мячом. 3) Проявлять командную работу
	V Упражнение в тройках. Двое стоят рядом друг с другом, а 3 выполняет разные броски (верхнюю или нижнюю передачу по усмотрению). Кто-то один по согласованию отбивает мяч крича местоимение «Я».	6мин	1)Правильное согласование движений в команде. 2) Следить за мячом. 3) Умение договариваться
	Игра «Волейбол» В волейболе играют две команды по 6 человек. Цель забить мяч противникам.	20 мин	1)Отмечаются наиболее ловкие игроки; 2) Необходимо соблюдать правила безопасности.
З А К Л Ю Ч И Т Е Л Ь Н А Я Ч А С Т Ь 10 МИНУТ	Игра «Эстафета» Построиться в 2 колонны. По свистку передавать мяч через верх в конец колонны и возвращать его назад под ногами. Выигрывает та команда, которая быстрее выполнит задания. Задания: 1)Передавать мяч через повороты вправо-влево. 2)Выбрать капитана, который сможет встать перед колонной и передавать мяч: а) Бросок мяча от груди. б) Бросок мяча через верх. в) Бросок мяча отбивая его об пол. г) Верхняя передача д) Нижняя передача Капитан передаёт мяч каждому игроку, тот кто отбил мяч возвращается в конец колонны.	8 мин	1)Следить за техникой выполнения заданий;
	Построение Подведение итогов урока Домашнее задание Уход с урока	2 мин	1)Дать информацию о задачах следующего урока; 2)Похвалить воспитанников о проделанной работы; 3)Выставить оценки.

**КОНСПЕКТ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ
ПО ВОЛЕЙБОЛУ №4**

Группа: 10 отряд «Парус»

Задачи урока:

Образовательные задачи:

- 1) научить приёму мяча сверху и снизу;
- 2) закрепить приём мяча с подачи;
- 3) разучить передачи из зон 1, 6, 5 в зону 3

Оздоровительные задачи:

- 1) формировать правильную осанку;
- 2) учить правильному дыханию при выполнении ОРУ.

Воспитательные задачи:

- 1) воспитывать толерантное отношение учащихся друг к другу;
- 2) воспитывать умение чисто и красиво выполнять ОРУ.

Инвентарь: свисток, волейбольные мячи.

Часть урока	Содержание	Дозировка	Методические указания
П О Д Г О Т О В И Т Е Л Ь Н А Я Ч А С Т Ь 20 минут	Построение Сдача рапорта приветствия	1 минута	1) Проверить спортивную форму; 2) Проверить наличие жевательной резинки; 3) Проверить самочувствие учащихся.
	Повороты : Направо Налево Кругом	3 раза	1) Спина прямая; 2) Повороты в правильную сторону;
	Перестроение в 2 шеренги	2–3 раза	1) Следить за правильной перестройкой;
	Перестроение в 3 шеренги	2–3 раза	2) Спина прямая; 3) Дыхание ровное.
	Ходьба: На носках На пятках	1 круг	1) Ноги прямые; 2) Руки вверх;

Круговые движения правой рукой Круговые движения левой рукой Отведение рук назад	0,5 круга	1) Руки прямые; 2) Спина прямая; 3) Следить за дистанцией.
Наклоны на каждый шаг	0,5 круга	1) Дыхание ровное; 2) Ноги прямые; 3) Устойчивое положение тела.
Выпады на каждую ногу	0,5 круга	1) Спина прямая; 2) Уровень сгибания в коленном суставе 90 градусов. 3) Руки на пояс.
Бег: Сгибание ног вперёд, назад	1 круг	1) Следим за дыханием; 2) Дистанция 2 метра; 3) Руки работают вдоль туловища, часто.
Приставной шаг: Правым боком Левым боком	0,5 круга	1) Взгляд вперёд; 2) Ноги прямые.
Скрестный шаг: Правым боком Левым боком	1 круг	1) Руки согнуты в локтевом суставе, работают часто.
Восстановление дыхания : Быстрый шаг	1 мин	1) Восстанавливаем дыхание.
Обычный шаг	1 мин	
Перестроение: 12,9,6,3, на месте	2 мин	1) Правильность техники выполнения перестроений.
1) И.П.- стойка ноги врозь мяч вверху 1-согнув руки, завести мяч за голову 2-вернуться в И.П. 3,4 - то же 2) И.П.- о.с, мяч внизу 1-поднять прямые руки вверх, прогнуться 2-вернуться в И.П. 3,4 – то же 3) И.П.- стойка ноги врозь, руки с мячом подняты вверх 1- наклон туловища вперед	8 раз 8 раз	Упражнение выполнять медленно. Руки не сгибать. Следить за правильной осанкой.

	<p>2-И.П. 3-наклон туловища назад 4-И.П 4)И.П.- стойка ноги врозь, руки согнуты в локтевом суставе с мячом 1-4 - круговые движения туловищем вправо 5-8 – влево 5)И.П.- стойка ноги врозь, мяч в руках внизу 1- выпад правой ногой вперед, руки с мячом поднимаем вверх 2-И.П. 3-выпад левой 4- И.П. 6) И.П.- стойка ноги врозь, руки с мячом внизу 1- присед, руки с мячом вверх 2- И.П. 3,4 - то же 7)И.П - о.с, мяч на полу впереди. Прыжки через мяч вперед – назад на передней части стопы. 1- прыжок вперед 2-И.П 3-назад 4-И.П. 8) Ходьба на месте</p> <p>9) Перестроение по отделениям и установка мест занятий.</p>	<p>8 раз</p> <p>8 раз</p> <p>8 раз</p> <p>8 раз</p> <p>8 раз</p> <p>8 раз</p>	<p>Выполнять с большой амплитудой.</p> <p>Выпад выполнять больше, мяч строго вверх.</p> <p>Колени во время приседания разводить, пятки вместе. Спина прямая, мяч точно вверх.</p> <p>Прыгать выше на носках.</p> <p>После прыжков подать команду: «На месте шагом – МАРШ!»</p> <p>При установке мест занятия каждому ученику дать конкретное задание и проследить за выполнением.</p>
--	--	---	---

О С Н О В Н А Я Ч А С Т Ь 50 минут	Приём мяча сверху и снизу 1) Верхняя передача мяча над собой 2) Передача мяча в парах 3) Подбросить мяч и принять его двумя руками снизу 4) Ударить мяч об пол, подстроиться под мяч, произвести приём мяча 5) В парах: первый игрок набрасывает мяч в положение, удобное для нижней передачи;	6 раз 4 раза 6 раз 5 раз 6 раз	Приём выполнять мягко. Следить за техникой приёма мяча, за постановкой рук. При передаче мяча руки выпрямлять. Передачу делать точную, следить за передвижением по площадке. В момент встречи с мячом руки вытянуты вперёд, напряжены. Ноги согнуты в коленях, туловище наклонено вперёд. Приём мяча выполнять мягко. Следить за правильным приемом мяча; руки выпрямлены, напряжены, кисти сомкнуты, мяч принимают на предплечья.
	Приём мяча с подачи Класс делится на две команды. Первая команда произвольно располагается на одной стороне волейбольной площадки. Члены второй команды встают вдоль лицевой линии на другой стороне площадки, а ее направляющий получает волейбольный мяч. По сигналу учителя игрок второй команды выполняет верхнюю прямую подачу мяча через сетку. Любой игрок	3–4 раза	1) Подачу выполнять только по сигналу (свистку) учителя. В противном случае она не засчитывается, и команда соперников получает очко. 2) При неудачной подаче противоборствующая команда тоже получает очко. 3) За каждую принятую подачу с последующей

	<p>первой команды должен принять подачу и выполнить передачу одному из своих товарищей, которой должен поймать мяч. Когда все игроки второй команды выполняют подачу, команды меняются местами. Выигрывает команда, набравшая больше очков.</p>		<p>передачей и ловлей мяча команде присуждается очко. 4) При падении мяча на пол после неудачной попытки поймать его очко команде не засчитывается. 5) После приема или падения мяча команда перекатывает под сеткой мяч второй команде. 6) Игроки подающей команды выполняют по одной подаче строго по очереди.</p>
	<p>Передачи из зон 1, 6, 5 в зону 3 1.Набрасывание мяча из зоны 1,6,5 в зону 3, в зоне 3 прием над собой. То же, но в зоне 3 передача обратно. 2.Разыгрывание мяча игроками 1 первой зоны и 5, далее передача мяча игроку 3 зоны и сбрасывание мяча через сетку. 3. Тренер, стоя в зоне 3, набрасывает мяч в зону 6. Игрок выходит из зоны 1 и выполняет передачу направляя мяч тренеру.</p>	<p>3–4 раза</p> <p>3–4 раза</p> <p>3-4 раза</p>	<p>Следим за правильным выполнением передачи мяча.</p> <p>В упражнении важно, чтобы игроки не выходили раньше, чем брошен мяч.</p>
<p>З А К Л Ю Ч И Т Е Л Ь Н А Я Ч А С Т</p>	<p>Игра «Волейбол в парах» Передача мяча сверху в парах, игроки считают сколько смогли передать мяч без падения</p>	<p>8 мин</p>	<p>1)Отмечаются наиболее ловкие игроки; 2) Необходимо соблюдать правила безопасности.</p>
	<p>1.Построение в одну шеренгу. 2.Игра на внимание «Чувство времени». 3. Подведение итогов урока. 4.Организационный уход.</p>	<p>2 мин</p>	<p>1)Дать информацию о задачах следующего урока; 2)Похвалить воспитанников о проделанной работы; 3)Выставить оценки.</p>

**КОНСПЕКТ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ
ПО ШАХМАТАМ №5**

Группа: 4 отряд «Бригантина»

Задачи урока: 1) Познакомить детей с историей возникновения шахмат, шахматной доской, шахматными фигурами.

1) Развивать познавательную активность и творческое воображение

Инвентарь: демонстрационная доска, шахматы, шахматные доски.

Части урока	Содержание	Дозировка	ОМУ
П О Д Г О Т О В И Т Е Л Ь Н А Я	1. Приветствие детей 2. Сообщение задач 3. Сказка про шаха и про шахматы.	5 мин	Вопросы по сказке: 1. Где родились шахматы? 2. Чем, по мнению индийского шаха, сложнее управлять - целой армией или небольшим отрядом шахматных фигур? 3. Переведите на русский язык слово «ШАХМАТЫ».
О С Н О В Н А Я	Знакомство с шахматной доской. Шахматная доска - это квадрат, на нем 32 белые и 32 черные клетки. Сколько же всего? (64) По краям доски отмечены буквы и цифры. Сверху и снизу буквы (проговорить названия), справа и слева	25 мин	

	цифры (от 1 до 8). Они нужны для того, чтобы определить адрес клетки. Чтоб узнать название клетки надо посмотреть на ее пересечения по горизонтали и вертикали. Например, А1		
	<p>Физминутка</p> <p>Наклонилась сперва Книзу наша голова (наклон вперед)</p> <p>Вправо-влево мы с тобой Покачаем головой. (наклоны в стороны)</p> <p>Ручки за голову, вместе Начинаем бег на месте. (имитация бега)</p> <p>Уберём и я, и вы Руки из-за головы.</p>	3 мин	
	<p>Знакомство с шахматными фигурами</p> <p>Рассказ о Короле</p> <p>Рассказ о Ферзе</p> <p>Рассказ о Ладье</p> <p>Рассказ о Слоне и Коне</p> <p>Рассказ о Пешках</p> <p>Вопросы про фигуры.</p>	25 мин	
	Игра в шахматы	15 мин	
Закл- ючите- льная	<p>Подведение итогов</p> <p>Вопросы о пройденном матерьяле.</p>	5 мин	

КОНСПЕКТ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ
ПО ШАХМАТАМ №6

Группа: 5 отряд «Тигр»

Задачи урока: 1) Познакомить детей с понятием шах и мат.

2) Повторение как ходят шахматные фигуры

3) Развивать познавательную активность и творческое воображение

Инвентарь: демонстрационная доска, шахматы, шахматные доски.

Части урока	Содержание	Дозировка	ОМУ
Подготовительная	1. Приветствие 2. Сообщение задач 3. Повторения как ходят фигуры	5 мин	
Основная	Шах. Защита от шаха повторить ходы и взятие королём, познакомить учащихся с понятием «шах» и способами защиты от него, учить находить позиции, в которых объявлен шах, в ряду остальных, где шаха нет	25 мин	рассказ преподавателя и обсуждение с учениками поднятой темы; работа учащихся у демонстрационной доски; игры-задания: «Покажи все шахи», «Все на одного», «Защита от шаха»; работа парами за шахматной доской;
Физминутка	Наклонилась сперва Книзу наша голова (наклон вперёд) Вправо-влево мы с тобой Покачаем головой. (наклоны в стороны) Ручки за голову, вместе Начинаем бег на месте. (имитация бега) Уберём и я, и вы Руки из-за головы.	3 мин	
	Мат	30 мин	рассказ преподавателя и обсуждение с

	повторить с учащимися понятие «шах» и способы защиты от него, познакомить учащихся с понятием «мат», учить находить позиции, в которых объявлен мат, в ряду остальных, где мата нет		учениками поднятой темы; работа учащихся у демонстрационной доски; игры-задания: «Шах или мат?», решение простейших позиций на мат в один ход; работа парами за шахматной доской;
	Игра в шахматы	10 мин	
	Подведение итогов Вопросы для закрепления пройденного	5 мин	

Раздел 3. Участие в проведении физкультурно-массового мероприятия «Веселые старты»

Целью выполнения данного задания является участие в проведение физкультурно-массового мероприятия в и предоставление фотоотчета по материалам проведения мероприятия.

3.1 План спортивно-массовой работы на период смены

ПЛАН СПОРТИВНО-МАССОВОЙ РАБОТЫ

№	Перечень мероприятий
1	Бег до конуса и обратно
2	«Переправа» Бег в обручах в парах
3	«Каракатица»
4	Эстафета с обручами
5	Эстафета со скакалкой
6	Прыжки до конуса
7	Прыжки с мячом
8	Ведение мяча

3.2 Положение спортивно-массового мероприятия

ПОЛОЖЕНИЕ

Спортивно-массовое мероприятия «Весёлые старты»

1. Цель, задачи: привлечения детей и подростков к регулярным занятиям физической культурой;

- пропаганды здорового образа жизни среди подрастающего поколения через вовлечение в систематические занятия физической культурой и повышения социальной активности у участников соревнований;

- укрепления дружбы между детьми.

2. Место проведения мероприятия (соревнования): ВДЦ «Океан» г.Владивосток, ул. Артековская, 10, «Физкультурно-Оздоровительный комплекс» (ФОК)

3. Руководство мероприятием (соревнованием): Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение «Всероссийский детский центр Океан»

4. Участники мероприятия (соревнования): Дружина «Бригантина», учащиеся от 8- 14 лет, имеющие медицинское заключение о допуске к соревнованиям, медицинскую страховку, заявку. Количество участников (состав команды): 11 человек (10 человек + 1 вожатый). Принимать участие будет 5 команды. Присутствие руководителя команды на спортивном мероприятии обязательно.

5. Программа мероприятия (соревнования): Программа спортивного мероприятия включает в себя различных эстафеты. Такие как: «Бег до конуса и обратно», «Переправа», «Каракатица» , «Эстафета с обручами» , «Эстафета со скакалкой», «Прыжки до конуса», «Прыжки с мячом», «Ведение мяча»

6. Определение победителей: за каждую эстафету команды набирают баллы. Кто набрал наибольшее количество баллов, та команда и становится победителем.

7. Награждение победителей: Команды, занявшие 1-е, 2-е, 3-е места награждаются дипломами.

3.3 Отчет о проведении спортивно-массового мероприятия

ОТЧЕТ

о проведении спортивно-массового мероприятия

1. Время проведения 10:30-12:00
 2. Место проведения ВДЦ «Океан» г.Владивосток, ул. Артековская, 10, «Физкультурно-Оздоровительный комплекс» (ФОК)
 3. Инвентарь и оборудование: свисток, волейбольные и баскетбольные мячи, конусы, скакалки, эстафетные палочки, фишки, манишки, обручи.
 4. Цель и задачи мероприятия (соревнования)
 - пропаганды здорового образа жизни среди подрастающего поколения через вовлечение в систематические занятия физической культурой и повышения социальной активности у участников соревнований;
 - укрепления дружбы между детьми.
 5. Участники мероприятия (соревнования) Дружина «Бригантина», учащиеся от 8–12 лет, имеющие медицинское заключение о допуске к соревнованиям, медицинскую страховку, заявку. Количество участников (состав команды): 11 человек (10 человек + 1 вожатый). Принимать участие будет 4 команды. Присутствие руководителя команды на спортивном мероприятии обязательно.
 6. Судейская коллегия: Буданова Ксения, Тараненко Елизавета, Костина Любовь, Молчанова Виктория
 7. Определение и награждение победителей: за каждую эстафету команды набирают баллы. Кто набрал наибольшее количество баллов, та команда и становится победителем. Команды, занявшие 1-е, 2-е, 3-е места награждаются дипломами.
 8. Общее количество участников: 55
 9. Уровень показанных результатов: повышение социальной активности и укрепления здоровья учащихся, приобщение их к физической культуре как составному элементу общенациональной культуры.
 10. Описание хода мероприятия (соревнования): Программа спортивного мероприятия включает в себя различных эстафеты. Такие как: «Бег до конуса и обратно», «Переправа», «Каракатица» , «Эстафета с обручами» , «Эстафета со скакалкой», «Прыжки до конуса», «Прыжки с мячом», «Ведение мяча»
- Самоанализ : В данном мероприятии мне досталась важная роль, я была судьей, сначала мы оформили бланки соревнований и стали следить за выполнением эстафеты. Было довольно сложно, т.к. детей было много. Но на третьей эстафете я разобралась как лучше и вернее определять результат. В целом я

хорошо справилась со своим функционалом. На протяжении всего мероприятия была активная поддержка команд со стороны зрителей, поддерживался соревновательный дух.

Раздел 4. Судейство соревнований по виду спорта

4.1 Положение о проведении соревнования по виду спорта

ПОЛОЖЕНИЕ

Соревнования по волейболу

1. Цель: популяризация волейбола среди юношей и девушек 16 лет, совершенствование навыков игры. Формирование у детей стремления заниматься спортом.

Задачи: пропаганда ЗОЖ и к занятиям физической культурой; выявление сильнейших команд; воспитание целеустремленности в достижении положительных результатов.

2. Место проведения соревнования: ВДЦ «Океан» г.Владивосток, ул. Артековская, 10, Волейбольная площадка «Паруса»

3. Руководство соревнованием: руководство мероприятия осуществлялось практикантами группы БПО-21-ФК1 совместно с ответственным инструктором штаба ВДЦ «Океан».

4. Участники соревнования: Дружина «Китенок» 10,14 отряд.

5. Программа соревнования:

Построение дружин

Знакомство с судейской коллегией

Разминка для участников

Жеребьевка

Проведение 2 партий по 25 очков

Подведение итогов: выявление победителей игры

6. Определение победителей: победитель определяется по партиям занявшие 1-е и 2-е места.

7. Награждение победителей: Команды, занявшие 1,2 места в соревнованиях по волейболу, награждаются грамотами.

4.2 Отчет о проведении соревнования

ОТЧЕТ

о проведении соревнования

по волейболу среди юношей и девушек 16 лет

Время проведения: 9:40-11:00

Место проведения: ВДЦ «Океан» г.Владивосток, ул. Артековская, 10, волейбольная площадка «Паруса»

Инвентарь и оборудование: свисток, волейбольный мяч, секундомер.

4. Цель мероприятия (соревнования): популяризация волейбола среди юношей и девушек 16 лет, совершенствование навыков игры. Формирование у детей стремления заниматься спортом.

Задачи: пропаганда ЗОЖ и к занятиям физической культурой; выявление сильнейших команд; воспитание целеустремленности в достижении положительных результатов.

5. Участники мероприятия (соревнования): Дружина «Китенок» 10,14 отряд.

6. Судейская коллегия: Буданова К.Д., Полицарнов В. Н.

7. Определение и награждение победителей: победитель определяется по партиям занявшие 1-е и

2-е места.

8. Общее количество участников: 16 человек.

9. Уровень показанных результатов: проведя мероприятие мы сумели выявить лучших, и как следствие, повысить заинтересованность участников смены к занятиям по волейболу.

10. Описание хода мероприятия (соревнования):

Построение дружин

Знакомство с судейской коллегией

Разминка для участников

Жеребьевка

Проведение 2 партий по 25 очков

Подведение итогов: выявление победителей игры

Самоанализ: на данном мероприятии я была назначена второй судьёй. В мои обязанности входило: помощь главному судье, сообщать о нарушениях, проверка действий секретаря, контролировать время партий. Судейские ошибки отсутствовали, также, как и конфликты на площадке между членами судейской коллегии и участниками мероприятия.

Раздел 5. Современное представление о педагогических задачах физического воспитания (образовательные, развивающие, оздоровительные, воспитательные), и актуальных качествах (свойствах) личности

ВЛИЯНИЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР НА РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Подвижную игру можно назвать важнейшим воспитательным институтом, развивающим умственные качества, физические качества, воспитывающим этические ценности. В процессе игры повышается двигательная активность, способствующая более активному развитию физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости. Подвижные игры успешно проводятся в начальной школе, как на уроках физической культуры, так и во внеурочной деятельности.

Ключевые слова: подвижная игра, сила, ловкость, быстрота, выносливость, гибкость, внеурочные формы работы.

Подвижная игра — одно из важных средств всестороннего воспитания детей школьного возраста, характерная особенность, которой — комплексное воздействие на организм и личность младшего школьника. Чем в более творческой деятельности участвует воспитуемый, тем активнее развивается его личность, для которой характерен высокий уровень процессов самопознания, самообразования, самовоспитания, самооценки [4].

П. Ф. Лесгафт считал, что игра — это упражнение, с которого ребенок готовится к жизни. Игра — сознательная деятельность, направленная на достижение условно поставленной цели. Хорошо подобранная и правильно руководимая игра — сильное средство воспитания детей младшего школьного возраста. Под яркой, забавной, привлекательной формой игр скрывается немало педагогических возможностей, которые проявляются через игры.

Во многих играх по ходу развития сюжета играющие совершают реальные и символические действия, недопустимые в обычной жизни. В игре ребенок никогда не устает. Ему радостно и комфортно. Она создает защитные механизмы, осуществляется мощная психоэмоциональная разрядка, в результате которой возникают положительные эмоции.

Подвижную игру можно назвать важнейшим воспитательным институтом, развивающим физические и умственные качества, правила поведения, этические ценности. Игровая форма

занятий создается на уроках при помощи игровых приемов и ситуаций, которые выступают как средство побуждения, стимулирования учащихся к учебной деятельности [5].

Учеными Е. Н. Гогунным, Б. И. Мартьяновым установлено положительное влияние подвижных игр на развитие физических качеств. Подвижные игры успешно проводятся в начальной школе, как на уроках физической культуры, так и во внеурочной деятельности: в соревнованиях, походах, спортивных праздниках, часе игр, играх «Зарница», «Орленок», КТД и других формах. В процессе игры повышается двигательная активность, способствующая развитию физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости.

Сила — это способность человека совершать действия с определенными мышечными напряжениями. Это одно из важных физических качеств. Для развития силы применяются упражнения, подвижные игры с предметами, без предметов: «Кто быстрее», «Кенгуру», «Передача мяча», «Переноска мячей», «Встречная эстафета», «Круговая эстафета», «Вызов номеров», «Гонка мячей в колонне», «Погрузка арбузов», «Сквозь обруч»;

Быстрота — это способность человека совершать двигательные действия в минимальный отрезок времени. Она составляет важную основу, необходимую для успешного выполнения скоростных заданий. Подвижные игры с бегом: «Белые медведи», «Вороны-Воробы», «Бездомный заяц», — развивают быстроту.

Выносливость — это способность человека к длительному выполнению деятельности без снижения ее эффективности. Этому способствуют прогулки, походы, подвижные игры: «Невод», «Салки», «У медведя во бору» и др.

Гибкость (подвижность суставов) — это свойство упругой растягиваемости телесных структур, определяющее пределы амплитуды движений звеньев тела. Гибкость определяют эластические свойства связок, суставов, мышц, строение суставов, силовые характеристики мышц и главное, центрально — нервная регуляция. Гибкость прочно взаимосвязана с другими физическими качествами.

Ловкость — способность быстро овладевать новыми движениями и быстро перестраивать двигательную деятельность в соответствии с требованиями меняющейся обстановки. Ловкость проявляется только в комплексе с другими физическими качествами; тесно связана с двигательными навыками и носит комплексный характер. Лучше ловкость развивается в преодолении препятствий, подвижных играх, которые включают в праздники, соревнования, спортивно-развлекательные мероприятия. Занятия играми способствуют развитию у детей способностей к действиям, которые имеют значение в повседневной

практической деятельности. Однако нельзя переоценивать подобное влияние, поскольку при проведении подвижных игр в силу их специфики, прежде всего, решаются задачи собственно физического воспитания.

Уровень развития двигательных качеств в настоящее время находится на невысоком уровне, который не может быть удовлетворен современным требованиям, предъявляемым к физическому воспитанию в школе. Поэтому, проблема воспитания двигательных качеств весьма актуальна и требует дальнейшего ее совершенствования [6].

Анализ научно-методической литературы, многочисленные педагогические наблюдения показывают, что важнейший результат игры - это радость и эмоциональный подъем детей. Благодаря этому свойству игры, в значительной степени игрового и соревновательного характера, больше чем другие формы и средства физической культуры, соответствуют воспитанию двигательных способностей у учащихся. Игровые виды и действия требуют всего комплекса скоростных способностей от учащегося в связи с тем, что для стимулирования развития быстроты необходимо многократно повторять движения с максимальной скоростью, а также учитывать функциональные возможности учащегося. От последних в свою очередь зависит скорость движений. Необходимо также учитывать и сочетать методы относительно стандартного повторения движений с максимальной скоростью и методы достаточно широкого варьирования скоростных упражнений.

Ценность игр заключается в том, что приобретенные умения, качества, навыки повторяются и совершенствуются в новых, быстро изменяющихся условиях, которые предъявляют к детям другие требования. Элементарные умения и навыки, приобретенные учащимися в игровых условиях не только сравнительно легко перестраиваясь при последующем, более углубленном изучении техники движений, но даже облегчают дальнейшее овладение соответствующими техническими приемами. А на этапе совершенствования двигательных действий и неоднократное повторение в игровых условиях помогает развивать у учащихся способность наиболее экономно и целесообразно выполнять многие изучаемые движения в целостном, законченном виде

Игровая деятельность способствует гармоничному развитию опорно-двигательного аппарата, т. к. в работу могут быть вовлечены все мышечные группы, а условие соревнования требуют от участников довольно больших физических напряжений.

Игры содействуют и нравственному воспитанию. Уважение к сопернику, чувство товарищества, честность в спортивной борьбе, стремление к совершенствованию - все эти качества могут успешно формироваться под влиянием занятий подвижными играми.

По мнению П.Н. Казакова (1978), А.П. Лаптева, А.П. Сучилина (2003), критическим периодом развития быстроты является возраст от 7-12 лет [7]. В литературных источниках скоростные способности часто характеризуют по времени латентного периода двигательной реакции. Сведения о темпе, как показателя качества быстроты, характеризуются одной большой волной прироста (от 4 до 12-13 лет), в которой отмечаются годы замедленных и ускоренных приростов данного компонента. На дальнейший прирост данного показателя (от 13-14 до 15-16 лет) непосредственное влияние оказывает систематический двигательный режим. Скоростно-силовые качества обусловлены выполнением силовой работы в минимальный отрезок времени, и могут быть оценены такими тестами, как прыжок в длину с места, в высоту. Для их обозначения часто употребляют термин «прыгучесть». Развитие прыгучести имеет волнообразный характер, границами которого являются возрастные периоды 8-9, 10-11 и 14-15 лет. Последние исследования показывают, что высота выпрыгивания вверх с места у мальчиков 7 лет составляет 26 см, в 11 лет равняется 37 см, в 15 лет – 40 см. Динамика развития гибкости напрямую зависит от уровня физического развития организма. Сенситивным периодом развития гибкости принято считать возраст с 7 до 12 лет, после чего происходит снижение темпов ее прироста [8]. Таким образом, в ходе изучения литературных источников и работ ведущих специалистов по данному вопросу, выяснили, что детей в возрасте 6-7 лет наибольшему приросту подвержены такие физические качества, как ловкость, быстрота и гибкость.

Н.А. Бернштейн в своем труде под названием «О ловкости и ее развитии» (1991) говорит о том, что ловкость – способность двигательной выйти из любой ситуации. Следовательно, так называемая «двигательная находчивость» и будет тем признаком, которых отличает эти два понятия [4]. Многие ученые пришли к выводу, согласно которому ловкость выступает как интегральное проявление координационных способностей, так как в него, помимо управления согласованностью и соразмерностью движений и поз, входят элементы неожиданности, которые требуют перестроения двигательной деятельности. В соответствии с этим, специалисты рассматривают ловкость как комплексное двигательное качество, включающее совокупность определенных координационных способностей. Первым, кто раскрыл сущность ловкости, был доктор Ф. Лагранж. Он писал: «Ловкость зависит гораздо больше от мозга, чем от членов, и это качество не всегда выражается особенностями строения тела. Ловкость есть качество, прежде всего, врожденное: человек делается сильным, но ловким родился».

Л. П. Матвеев (1991) отмечает следующие компоненты, входящие в состав ловкости: 1) телесная ловкость, которая предполагает смену поз в процессе выполнения движений; 2) ловкость, проявляемая в условиях меняющейся обстановки (например, бег по пересеченной

местности, слалом, преодоление препятствий, лазание, перелезание и т. д.); 3) ловкость, проявляемая в упражнениях с изменяющимся сопротивлением (перетягивания, борьба, бокс и т. д.); 4) предметная ловкость, проявляемая в упражнениях с бросками и ловлей предметов; 5) ловкость, предполагающая проявление усилий в упражнениях, выполняемых совместно с партнером (садиться и вставать вдвоем, держась за руки, поднимать вдвоем или втроем партнера и т. д.); 6) ловкость, проявляемая в действиях, которые требуют тактической согласованности.

Подвижным играм отводится важнейшее место в формировании разносторонне развитой личности ребенка. Они рассматриваются как основное средство и метод физического воспитания. Увлекательное содержание, эмоциональная насыщенность игры побуждает к определенным умственным и физическим усилиям. Специфика подвижной игры состоит в молниеносной ответной реакции ребенка на сигнал типа «Лови!», «Беги!», «Стой!».

Необходимо отметить, что подвижные игры выполняют соответствующие функции [9]:

- социальная функция. Подвижная игра невозможна вне общения. В ней формируются деятельность, она требует определённого труда, потому что в ней осуществляется его первичная имитация. Она лежит в основе интегральных процессов в обществе и вместе с тем способ самореализации индивида в общении и сравнению с другими. В подвижной игре полностью реализуются эмоциональные связи между индивидами. Именно подвижные игры удовлетворяют естественную потребность в движениях, способствуют развитию характерных и важных видов взаимоотношений; сотрудничество – помощь товарищам в игре и соперничество.

- оздоровительная функция. В основу подвижных игр заложены естественные движения, которые активизируют функциональное развитие органов и систем, стимулируют совершенствование функций различных анализаторов, нервных процессов. Подвижные игры заполняют пробелы дефицита двигательной активности и повышают общую работоспособность. Разнообразные движения и действия в игре способствуют совершенствованию организма, укрепляют его устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды, влияющих на общее физическое развитие и на здоровье организма.

- воспитательная функция. Через подвижные игры осуществляется связь физического воспитания с моральным, умственным, эстетическим, духовным.

Игровой метод используется в процессе физического воспитания для комплексного совершенствования движений при их первоначальном разучивании, используется для совершенствования физических качеств, потому что в игровом методе присутствуют благоприятные предпосылки для развития ловкости, силы, быстроты, выносливости. В обучении с использованием игровой формы в урок или тренировку вводятся упражнения,

которые носят соревновательный характер. К игровой форме относят подготовительные упражнения, вспомогательные игры и упражнения, где присутствуют элементы соперничества. Вспомогательные игры включают: простые, сложные, переходные и командные игры. Упражнения, выполняемые в игровой форме — подвижные игры, игровые задания, использование различных снарядов, стендов и т. д. отличаются глубиной и разносторонностью воздействия на физические качества занимающихся. Такие занятия повышают интерес к спорту и физической культуре, стимулируют процесс усвоения техники отдельных элементов физических упражнений, способствуют стремлению к преодолению трудностей для решения поставленных перед занимающимися задач. 31 Игровой метод, в силу всех присущих ему особенностей, вызывает глубокий эмоциональный отклик и позволяет удовлетворить в полной мере двигательную потребность занимающихся. Тем самым, способствует созданию положительного эмоционального фона на занятиях и возникновению чувства удовлетворенности, что в свою очередь создает положительное отношение детей к занятиям физическими упражнениями [4]. Наиболее характерные признаки игрового метода: 1. Ярко выраженное соперничество и эмоциональность в игровых действиях (метод позволяет моделировать сравнительно сложные взаимоотношения между людьми). 2. Чрезвычайная изменчивость условий ведения борьбы, условий выполнения действий. 3. Высокие требования к творческой инициативе в действиях. 4. Отсутствие строгой регламентации в характере действий и нагрузке. 5. Комплексное проявление разнообразных двигательных навыков и способностей [10]. К недостаткам этого метода относится ограниченная возможность дозирования нагрузки и формирования нового, особенно сложного двигательного навыка. Игровой метод предполагает не только какие-либо конкретные подвижные игры, но также и применение методических особенностей игры в любых физических упражнениях. Они привлекают учащихся своей эмоциональностью, доступностью, разнообразием и состязательным характером, помогают правильно, но в облегченном виде выполнять элементы изучаемых технических приемов и тактических действий и одновременно содействуют воспитанию физических качеств.

Подвижные игры делятся на элементарные подвижные игры и спортивные игры. Элементарные подвижные игры предполагают сознательное проявление инициативы для достижения определенной цели. Для достижения цели от учащихся требуется проявления определенной двигательной активности, проявления творческой инициативы, принятия решений при преодолении трудностей, проявления дисциплины при соблюдении правил. Сложность игры напрямую зависит от количества [8]. Как правило, в подвижных играх от участников не требуется специальной подготовленности, не всегда регламентировано число участников, размеры площадки могут быть произвольными, также варьируется инвентарь для

игр [10]. Спортивные игры можно назвать высшей ступенью подвижных игр. Правила в них строго регламентированы, они требуют специальных площадок и оборудования. Для спортивных игр характерна сложная техника и определенная тактика в процессе игры, что требует от учащихся специальной подготовки.

Таким образом, подвижная игра – незаменимое средство пополнения ребенком знаний и представлений об окружающем мире, развития мышления, ценных морально-волевых и физических качеств. Подбор подвижных игр для детей любого возраста, в первую очередь, должен быть ориентирован на образовательную программу конкретной возрастной группы.

Анализ литературы показал, что одним из основных путей всестороннего воспитания двигательных качеств является применение специальных упражнений и подвижных игр, с помощью которых можно не только успешно обучать детей различным двигательным навыкам, но и целенаправленно влиять на воспитание всех двигательных качеств. Поэтому уже с младшего школьного возраста необходимо уделять большое внимание подвижным играм и специальным упражнениям.

Выводы

За время прохождения Учебной педагогической практики нам удалось ознакомиться с правилами внутреннего распорядка, структурой и основными функциями организации, требованиями охраны труда и пожарной безопасности, провести учебно-тренировочные занятия по виду спорта, приняли участие в проведении физкультурно-массового мероприятия, судейства по виду спорта, написали тезисы по теме: «Современное представление о педагогических задачах физического воспитания (образовательные, развивающие, оздоровительные, воспитательные), и актуальных качествах (свойствах) личности», оформили отчет и документы практики в печатном и электронном виде.

Таким образом:

1. Мы ознакомились с функциями, структурой и правилами внутреннего распорядка в ВДЦ «Океан», а также с требованиями пожарной безопасности, охраны труда.

2. Также закрепили знания в проведении учебно-тренировочных занятий по разным видам спорта, расширили базу знаний о возможных видах спорта, которые можно проводить в учебных и оздоровительных учреждениях.

3. Мы приняли участие в проведении различных спортивных и спортивно-массовых мероприятиях, таких как «Весёлые старты», соревнованиях по волейболу, баскетболу, бадминтону и др.

4. Мы побывали на соревнованиях по выбранному виду спорта и принимали участие в судействе в соответствии с требованием правил.

5. И завершили отчет написанием тезисов по теме: «Современное представление о педагогических задачах физического воспитания (образовательные, развивающие, оздоровительные, воспитательные), и актуальных качествах (свойствах) личности».

Список литературы

1. Всероссийский детский центр «Океан» [электронный ресурс]. URL: <https://ocean.org/ofitsialnaya-informatsiya#obrazovanie>
2. Безруких, Н.А. О сущности здорового образа жизни / Н.А. Безруких // Культура здоровья и безопасность жизнедеятельности: сборник статей по материалам Всероссийской с международным участием научно-практической конференции. – Балашов: Изд-во «Арья», 2019. – 143с.
3. Гурьев, С. В. Технологии физического воспитания : монография / С. В. Гурьев. – Москва : Русайнс, 2020. – 132 с. – ISBN 978-5-4365-2049-0. – URL: <https://www.book.ru/book/934111>. – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей. – Текст : электронный.
4. Абрамишвили, Г. А. Современный взгляд на проблемы физического воспитания учащихся младшего школьного возраста / Г.А, Абрамишвили, В. Ю. Карпов // Ученые записки университета им. ПФ Лесгафта. – 2014. – №. 11 (117).- С.7-12
5. Антропова, Е. В. Основные виды и функции двигательной активности / Е.В. Антропова // Наука ЮУрГУ. Секции социальнoгуманитарных наук: материалы 67-й науч. конф./отв. за вып. СД Ваулин; Юж.-Урал. гос. ун-т.-Челябинск: Издательский центр ЮУрГУ, 2015.-2108 с.
6. Былеева, Л. В. Подвижные игры: учебник / Л. В. Былеева. – Москва: Физическая культура. -2008.-288 с.
7. Виленская, Т.Е. Физическое воспитание детей младшего школьного возраста / Т.Е. Виленская. – М.: Феникс, 2006. – 256 с.
8. Бутин, И. М. Развитие физических способностей детей / И. М. Бутин. - Москва: ВЛАДОС- ПРЕСС, 2002. - 80 с.
9. Ерменова, Б. О. Влияние двигательной активности на здоровье школьников / Б.О. Ерменова // Проблемы педагогики. – 2016. – №. 7. – С. 23- 27.
10. Капустин, А.Г. Развитие физических качеств средствами игровой деятельности / А. Г. Капустин // Физическая культура в школе. - 2016. - №: 1. - с. 15-19

Приложение А.



Рис.1-соревнования между отрядами.



Рис.2-соревнования между отрядами.



Рис.3-подготовка к веселым стартам.



Рис.4- проведение учебного занятия.