

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ЭКОНОМИКИ И СЕРВИСА

ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

ОТЧЕТ ПО УЧЕБНОЙ ПРАКТИКЕ

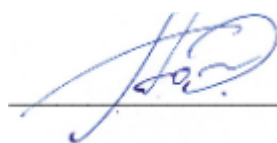
по получению навыков исследовательской работы

Студент
гр. ЗБФЗ-21-1

01.08.2022

М.В. Гришин


Руководитель
к.пед.н., доцент



01.08.2022

Ю.Э.Гудков

Владивосток 2022

	МИНОБРНАУКИ РОССИИ
	Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
	«Владивостокский государственный университет экономики и сервиса»
	Кафедра физкультурно-оздоровительной и спортивной работы

Направление подготовки
44.03.01 Педагогическое образование
 Профиль подготовки
Физическая культура

ЗАДАНИЕ
Учебно-ознакомительная практика



Студента Гришина Максима Викторовича
 группы гр. ЗБФЗ-21-1











1. Тема индивидуального задания на практику (Тема исследования)
 __ получение навыков исследовательской работы _____


2. Задания на практику

- провести анализ литературных источников по теме индивидуального задания и составить рецензию на актуальную статью по проблематике исследования;
- проведение социологического опроса в форме анкетирования с целью выявления представления респондентов по проблеме исследования;
- проведение педагогического наблюдения и анализ урока по физической культуре в контексте выбранной темы исследования

3. Календарный план-график подготовки и оформления Отчета по учебной практике

№	Выполняемые работы	Дата	Форма проведения	Кол. ч.	Отметка о выполнении
1.	Организационное собрание. Инструктаж по технике безопасности	08.02.22	Аудиторное занятие	2	
2.	Выбор темы индивидуального задания и согласование с руководителем	12.02.22	Самостоятельная работа. Консультация	8	

			руководите лем			
3.	Составление предварительного списка литературных и интернет источников	19.02.22	Консультац ия с руководите лем в том числе на платформе Adobe Connect	10		
4.	Разработка и представление руководителю темы индивидуального задания на практику	26.02.22		10		
5.	Разработка и представление руководителю Титульного листа, Содержания и Введения к Отчету по учебной практике	05.03.22		4		
6.	Разработка и представление руководителю Первого раздела Отчета	19.03.22		20		
7.	Разработка и представление руководителю Второго раздела Отчета	02.04.22		20		
8.	Разработка и представление руководителю Третьего раздела Отчета	16.04.22		20		
9.	Разработка и представление руководителю актуального фрагмента курсовой работы	30.04.22		20		
10.	Доработка Отчета в соответствии с замечаниями руководителя	07.04.22		20		
11.	Доработка доклада и презентации для защиты Отчета	14.04.22		8		
12.	Получение отзыва руководителя и предзащита Отчета на	21.04.22		Практическ ое занятие, в том числе	1	

	практическом занятии		на		
13.	Защита Отчета	21.04.22	платформе Adobe Connect	1	

3. Основные источники информации, используемые для разработки темы
Гребенникова, Е.О. Педагогическая практика бакалавров : учебно-методическое пособие / Е.О. Гребенникова; под ред. Сизгановой Е.Ю.. Москва : ФЛИНТА, 2015. 183 с. <https://e.lanbook.com/book/72694>

Медведева О.В. Учебная практика. Практика по получению первичных профессиональных умений и навыков, в том числе первичных умений и навыков научно-исследовательской деятельности: методические указания для обучающихся по направлению подготовки бакалавриата «Экономика» (профиль «Бухгалтерский учет, анализ и аудит»)/ Краснодар, Саратов: Южный институт менеджмента, Ай Пи Эр Медиа, 2018. 41 с. <http://www.iprbookshop.ru/77964.html>

Дополнительная литература

Алехин И.А. Технологии профессионально ориентированного обучения: учебное пособие/ И.А. Алехин М.: Российская таможенная академия, 2016. 156 с. <http://www.iprbookshop.ru/69819.html>

Воробьева Е.В. Педагогическая практика студентов по физическому воспитанию в общеобразовательных учреждениях: учебно-методическое пособие/ Воробьева Е.В., Григорьев А.А. Иркутск: Иркутский филиал Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодёжи и туризма, 2010. 174 с. <http://www.iprbookshop.ru/15700.html>

Никитушкин В.Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебник/ Никитушкин В.Г.— Электрон. текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2013.— 280 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/16824>.

Сайт для учителя по физической культуре

<https://fiz-ra-ura.jimdofree.com/методичка/рабочие-программы/>

4. Дата выдачи задания на практику ____ 08.02.22 ____

5. Срок сдачи студентом готового отчета ____ 22.04.22 ____

Руководитель _____ / Гудков Ю.Э. /

Задание принял(а) _____ / Гришин М.В. /

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

ОТЗЫВ РУКОВОДИТЕЛЯ

на отчет по Учебной практике по получению навыков исследовательской работы студена группы ЗБФЗ-21-1 Гришина Максима Викторовича, направления подготовки 44.03.01 Педагогическое образование по профилю Физическая культура.

Руководитель учебной практики доцент кафедры физкультурно-оздоровительной и спортивной работы Ю.Э. Гудков.

Тема индивидуального задания: «Учебная практика по получению навыков исследовательской работы»

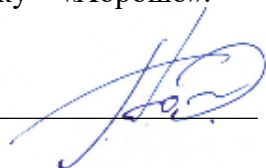
В данном Отчете представлены результаты выполнения следующих заданий:

- анализ литературных источников по теме исследования;
- проведение социологического опроса в форме анкетирования по проблеме исследования;
- проведение педагогическое наблюдение и анализ урока по физической культуре по теме исследования.

Студент в целом справился с решением общих задач по организации исследования, самостоятельно получил, обработал и представил результаты анализа литературных источников, социологического опроса и анализа педагогического наблюдения, однако в тексте отчета были допущены редакционные погрешности, нарушены требования к форматированию.

Студент в необходимой мере предоставил требуемые материалы прохождения учебной практики с результатом на оценку – «Хорошо».

Руководитель практики _____ / Гудков Ю.Э. /



Содержание

Введение	7
Раздел 1. Особенности средства и методы силовой подготовки борцов-самбистов на тренировочном этапе по результатам анализа литературных источников	9
Раздел 2. Представления респондентов социологического опроса по теме (Средства и методы силовой подготовки борцов-самбистов на тренировочном этапе) по результатам анкетирования	11
Раздел 3. Педагогическая характеристика урока по физической культуре для учащихся (9 класс) по теме (средства и методы силовой подготовки борцов-самбистов на тренировочном этапе) по результатам педагогического наблюдения	15
Выводы	19
Список литературы	21
Приложения	22

Введение

Назначением учебной практики по получению навыков исследовательской работы является приобретение студентами компетенций позволяющей осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач. Данная компетенция предполагает овладение обучающимися базовым методам исследовательской деятельности, а именно: способами работы с научно- методическими первоисточниками; социологическим опросом; педагогическим тестированием и наблюдением; методами математической обработке результатов и их графической интерпретацией. Учебная практика является связующим звеном между теоретическими знаниями, полученными на дисциплинах учебного плана ОПОП и практической деятельностью по внедрению этих знаний в профессиональную деятельность на данном этапе формирования компетенции предполагает овладение обучающимися базовым методам исследовательской деятельности, а именно: способами работы с научно-методическими первоисточниками; социологическим опросом; педагогическим тестированием и наблюдением; методами математической обработке результатов и их графической интерпретацией.

Итоговым документом, позволяющим квалифицировать качество и объем исследовательской работы, является «Отчет по учебной практике». В данном Отчете представлены результаты выполнения следующих заданий.

- анализ литературных источников по проблеме особенности игровых эстафет на уроках физической культуры для развития таких качеств как: ловкость, скоростно-силовые способности;
- проведение социологического опроса в форме анкетирования с целью выявления представления респондентов по теме “Использование игровых эстафет на уроках физической культуры”.

В Отчете представлены, так же, результаты индивидуального Задания по более углубленному изучению отдельных направлений работы. Темой индивидуального Задания является педагогический анализ урока по физической культуре для учащихся 10 классов по теме «Легкая атлетика». Прыжки в длину способом согнув ноги.

Цель педагогического наблюдения: обосновать состав учебных заданий и нагрузочные параметры наблюдаемого урока по физической культуре в 10 классе.

Задачи исследования:

- 1) организовать и провести педагогическое наблюдение с использованием фото/киносъемки урока по физической культуре в 10 классе по теме урока “Прыжки в длину способ согнув ноги”.

2) определить состав учебных заданий в каждой части урока и зафиксировать нагрузочные параметры (объем и интенсивность);

3) выполнить математическую обработку показателей наблюдения и предоставить графическую и пояснительную интерпретацию результатов наблюдения.

Методы исследования:

1. Анализ литературных источников
2. Социологический опрос в форме анкетирования
3. Методический анализ урока

Раздел 1 Особенности средства и методы силовой подготовки борцов-самбистов на тренировочном этапе по результатам анализа литературных источников

Для выполнения Задания по анализу литературных источников мы использовали электронные и библиотечные ресурсы: поисковые сети Google.Яндекс.

Целью анализа литературы являлось: понимание и интерес правильного проведения спортивных эстафет в учебных учреждениях.

Задачи исследования:

- 1) провести анализ литературных источников по проблеме эффективного проведения игровых эстафет на уроках физической культуры для повышения посещаемости и работоспособности обучающихся.
- 2) составить рецензию на одну наиболее значимую публикацию (статью) по проблеме исследования;
- 3) составить список литературных источников по проблеме исследования.

Для решения первой задачи нами были проанализированы источники по следующим тематическим направлениям.

“Использование эстафет на уроках физической культуры” инфаурок;

“Значение игр-эстафет в физическом развитии воспитанников и формирование у них ловкости и быстроты” Пичуха Е. В.;

“Подвижные игры эстафеты на уроках физкультуры начальная школа” Мультиурок
 “Подвижные игры и эстафеты в физическом воспитании учащихся” Копилка уроков “Эстафеты для уроков физической культуры” Р.В.Алексеевич

Далее нами была проанализирована публикация по теме “Использование игровых эстафет на уроках физической культуры” содержание которой в большей мере соответствует проблеме эффективного проведения игровых эстафет на уроках физической культуры для повышения посещаемости и работоспособности обучающихся. и составлена Рецензия (Таблица 2).

Таблица 2 –Рецензии на научную публикацию

<p>Рецензия</p> <p>на статью “Использование игровых эстафет на уроках физической культуры” Автор: Воробьев В.Н и Бирюков В.Н</p>
--

Рецензент Студента группы БПО – 19-ФЗ Кравцова В.Ю.		
№	Разделы	Характеристика и оценка
1	Сведения об авторе	Воробьев В.Н, Бирюков В.Н., учителя физической культуры
2	Актуальность	Актуальность данной темы не вызывает сомнения, так как авторы раскрывают всю сущность физического совершенствования
3	Проблема	Статья Воробьева и Бирюкова посвящена использованию игровых эстафет на уроках ФК. В данной статье описывается проведение, правильность подбора и интерес эстафет
4	Научная новизна	Новизна работы определяется значимости проведения эстафет
5	Методическая новизна	В статье очень подробно расписана методика проведения
6	Качество используемой литературы	В статье не используется литература
7	Репрезентативность фактов	Приведен лишь фактический материал
8	Обоснованность выводов	Авторами сделан вывод: при подборе эстафет необходимо учитывать: форму занятий, целевую установку, состав группы (возраст, пол, количество занимающихся и т.д.), уровень физической и технической подготовленности участников; характер их деятельности перед игрой и непосредственно после ее окончания; условия проведения (размеры зала, площадки, наличие инвентаря).

Раздел 2 Представления респондентов социологического опроса по проблеме средства и методы силовой подготовки борцов-самбистов на тренировочном этапе (по результатам анкетирования)

Социологического опроса в форме анкетирования был организован и проведен на ВГУЭС способом анкетирования онлайн в опросе принимали участие 4 респондента первокурсника: 3 девушки и 1 юноша.

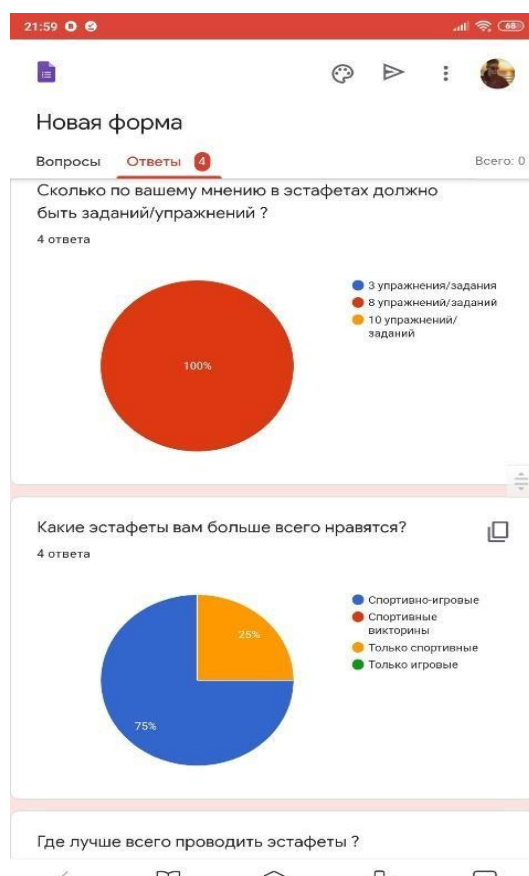
Цель анкетирования: обосновать представления респондентов о игровых эстафетах на уроках ФК (Приложение А).

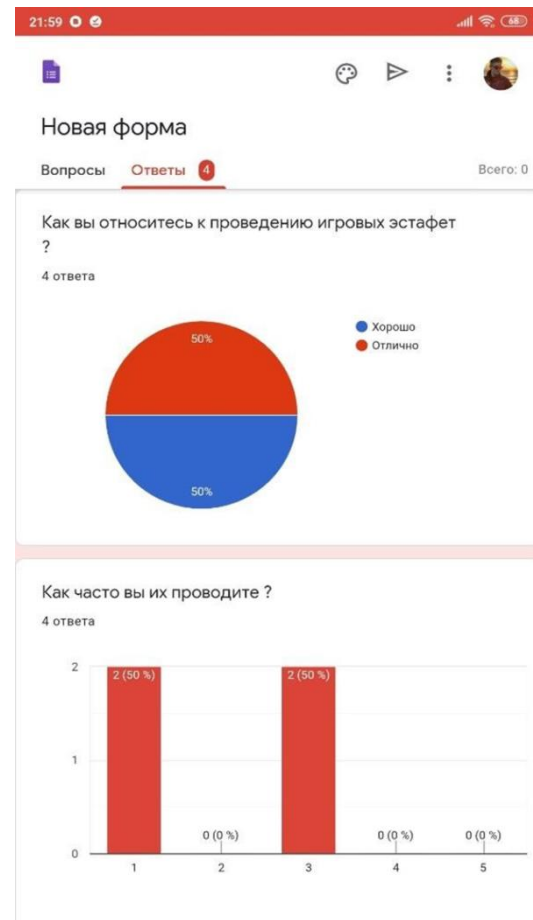
Задачи исследования:

- 1) разработать бланк для проведения социологического опроса в форме анкетирования по теме Использование игровых эстафет на уроках Физической культуры;
- 2) организовать и провести опрос по теме Использование игровых эстафет на уроках Физической культуры;

Решение первой задачи мы начали с определения целей, задач, и форм проведения анкетного опроса. Затем был разработан бланк анкеты и ключи интерпретации результатов (Приложение А).

Для решения второй задачи нами был подготовлен и проведен социологический опрос в форме анкетирования, который состоял из следующих этапов (действий): респондентам была разъяснена цель проведения опроса и правила ее заполнения, розданы анкеты каждому респонденту, после заполнения анкеты были собраны у всех респондентов и обработаны.







Анкета

Использование игровых эстафет на уроках физической культуры

Здравствуйте, уважаемые занимающиеся. Пожалуйста, уделите несколько минут времени на заполнение следующей анкеты, которая покажет ваше отношение к использованию игровых эстафет на уроках физической культуры.

Для более эффективного прохождения, просим ознакомиться с инструкцией.

Инструкция:

Просим Вас внимательно прочитать вопросы во второй колонке опросника, и выставить свою оценку в третью колонку.

Оцените данные вопросы следующим образом:

С первого по второй вопрос поставить оценку по 10 шкале

С 3-7 поставить любой соответствующий знак с вашим мнением (галочку или крестик)

Разработчик опроса

Студена группы БПО – 19Ф31

Кравцов В.Ю.

Таблица 1 – Анкета исследования

№	Вопросы	Ваша оценка
1.	Как вы относитесь к проведению игровых эстафет?	
2.	Как часто вы их проводите ?	
3.	Сколько, по вашему мнению, в эстафетах должно быть заданий/упражнений?	
	3 упражнения/задания	
	8 упражнений/заданий	
	10 упражнений/заданий	
4.	Какие эстафеты вам больше всего нравятся?	
	Спортивно-игровые	
	Спортивные викторины	
	Только спортивные	
5.	Где лучше всего проводить эстафеты?	
	В зале	
	На улице	
	Или и там и там	
6.	Каким составом учащихся проводить эстафеты	
	Отдельно по классам	
	Отдельно по возрастным звеньям	
7.	Вы знаете что-нибудь об эстафетах	

Допишите, пожалуйста, Ваши пожелания для организаторов _____

Раздел 3 Педагогическая характеристика урока по физической культуре для учащихся 9 класса по теме «Средства и методы силовой подготовки борцов-самбистов на тренировочном этапе» (по результатам педагогического наблюдения)

Педагогическое наблюдение было организовано и проведено на базе МБОУ СОШ № 26, г. Москвы. Наблюдался урок по физической культуре в 10 классе тема урока “Прыжки в длину способ согнув ноги”

Цель педагогического наблюдения: обосновать состав учебных заданий и нагрузочные параметры наблюдаемого урока по физической культуре в 10 классе.

1 Задачи исследования:

2 организовать и провести педагогическое наблюдение с использованием фото/киносъемки урока по физической культуре в 10 классе по теме урока “Прыжки в длину способ согнув ноги”.

3 определить состав учебных заданий в каждой части урока и зафиксировать нагрузочные параметры (объем и интенсивность);

4 выполнить математическую обработку показателей наблюдения и предоставить графическую и пояснительную интерпретацию результатов наблюдения.

Решение первой задачи мы начали с определения целей, задач, и технической подготовки к процедуре педагогического наблюдения. Затем был разработан бланк протокола наблюдения (Приложение В)

Далее, нами было проведено наблюдения урока по физической культуре, определен состав учебных заданий в каждой части урока и зафиксированы нагрузочные параметры (объем и интенсивность).

Анализ урока

Состав учебных заданий и нагрузочные параметры урока по физической культуре

Место проведения урока (Образовательное учреждение) МБОУ СОШ № 26, г. Москвы
Дата и время проведения урока _30.04.2009

Ф.И.О. проводящего урок Ефимова С.В.

Данные о занимающихся (Класс 10_мальчиков ___девочек 12) Тема урока “Прыжки в длину способ согнув ноги”

Задачи урока:

1. Развивающая: развивать физические качества, быстрота, гибкость, выносливость, сила, координация

2. Образовательная: совершенствование в прыжках в длину способом согнув ноги

3. Воспитательная: воспитывать чувство коллективизма и осознанное отношение к здоровому образу жизни.

Используемый инвентарь: Свисток, конусы, маты, парашют

Ф.И.О. студента, наблюдающего урок Кравцов В.Ю.

Группа БПО-19-ФЗ1

Таблица 2 - Протокол наблюдения

	Состав учебных заданий(средства)	Объем(время воздействия)	Интенсивность (темп, напряженность)	Примечания
Подготовительная часть				
1*	Строевые упражнения	30 сек	низкий	
2	Бег	30 сек	средний	
3	Ходьба	30 сек	средний	
4	ОРУ с парашютом	240 сек	средний	
5	Беговые упражнения	540 сек	высокий	
Количество учебных заданий 5		Сумма (мин) 14,5	Преимущественная интенсивность средняя	
Основная часть				
6	Выпрыгивание с места	120 сек	средняя	
7	Прыжок в сед с прямыми ногами	90 сек	средняя	
8	Прыжок в упор присев	30 сек	средняя	
9	Прыжок согнув ноги	40 сек	средняя	
Количество учебных заданий 4		Сумма (мин) 5	Преимущественная интенсивность средняя	
Заключительная часть				
10	Упражнение на гибкость	120 сек		
Количество учебных заданий 1		Сумма (мин) 2	Преимущественная интенсивность низкая	
Количество учебных заданий 10		Сумма (мин)	Преимущественная интенсивность низкая	

Таблица 3 – Результаты исследования

№ задания	Время воздействия		Интенсивность	
1	30сек	30	Низкий	30
2	30 сек	30	Низкий	30
3	30 сек	30	Низкий	30
4	240 сек	240	Средний	60
5	540 сек	540	Высокий	90
6	120 сек	120	Средний	60
7	90 сек	90	Средний	60
8	30 сек	30	Низкий	30
9	40 сек	40	Низкий	30
10	120 сек	120	Средний	60

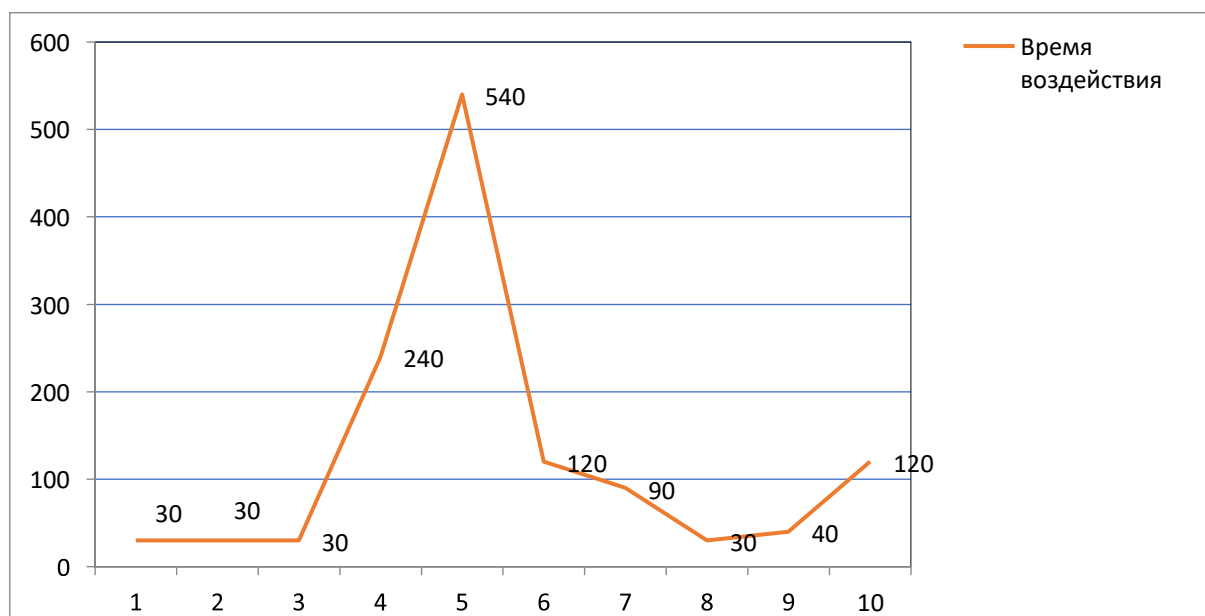


Рисунок 1 - Динамика длительности выполнения учебного задания на уроке физической культуры в 10 классе по теме “Прыжки в длину способ согнув ноги”.

В подготовительной части урока больше всего длительность выполнения задания относится к беговым упражнениям (9 мин.), а в основной части урока эстафета заняла 2 мин.



Рисунок 2 - Динамика интенсивности выполнения учебного задания на уроке физической культуры в 10 классе по теме “Прыжки в длину способ согнув ноги”.

На рисунке 3 изображена динамика интенсивности выполнения учебного задания на уроке по физической культуре. Проанализировав данные можно сделать выводы, что интенсивность выполнения учебного задания приходится на учебное задание 5 «Беговые упражнения»

В связи с этим можно сделать вывод, что интенсивность нагрузки во время урока на детей средневысокая.

Список литературы по разделу

Чеснокова Н.Н. Никитушкина В.Г Легкая атлетика | Учебники и учебные пособия 2010. Легкая атлетика, Кобринский М.Е., Юшкевич Т.П., Конников А.Н., 2005.

Проведение академических занятий со студентами (легкая атлетика) : метод. указания / сост. А. А. Клименко, Л.У.Удловицкая, Л. П. Федосова, Г. В. Федотова. – Краснодар: КубГАУ,2018. – 37

Выводы

За время прохождения Учебной практики по получению навыков исследовательской работы мы получили опыт как правильно проводить урок, использовать игровые эстафеты на уроках ФК.

1. Проанализировав статью по теме “Использование игровых эстафет на уроках физической культуры” авторов Воробьева В.Н. и Бирюкова В.Н, сделан вывод, что при подборе эстафет необходимо учитывать: форму занятий, целевую установку, состав группы (возраст, пол, количество занимающихся и т.д.), уровень физической и технической подготовленности участников; характер их деятельности перед игрой и непосредственно после ее окончания; условия проведения (размеры зала, площадки, наличие инвентаря).

2. Результаты анкетирования показали, что обучающимся нравится проводить спортивно-игровые эстафеты. Об этом свидетельствуют ответы респондентов на вопрос: “Какие эстафеты вам больше всего нравятся?”; спортивно-игровые – 75%; только спортивные 25%.

3. При методическом анализе урока можно увидеть, что большая часть времени уделяется беговым упражнениям для разогрева мышц, ОРУ и подводящим.

Хочется уточнить, во время выпрыгивания с места нужно соблюдать технику выполнения при выпрыгивании с места (колени должны быть в стороны, а не сведены). Также при прыжках каждый страхует своего товарища.

Таким образом, легкая атлетика – это интересный вид спорта, но в тоже время опасный.

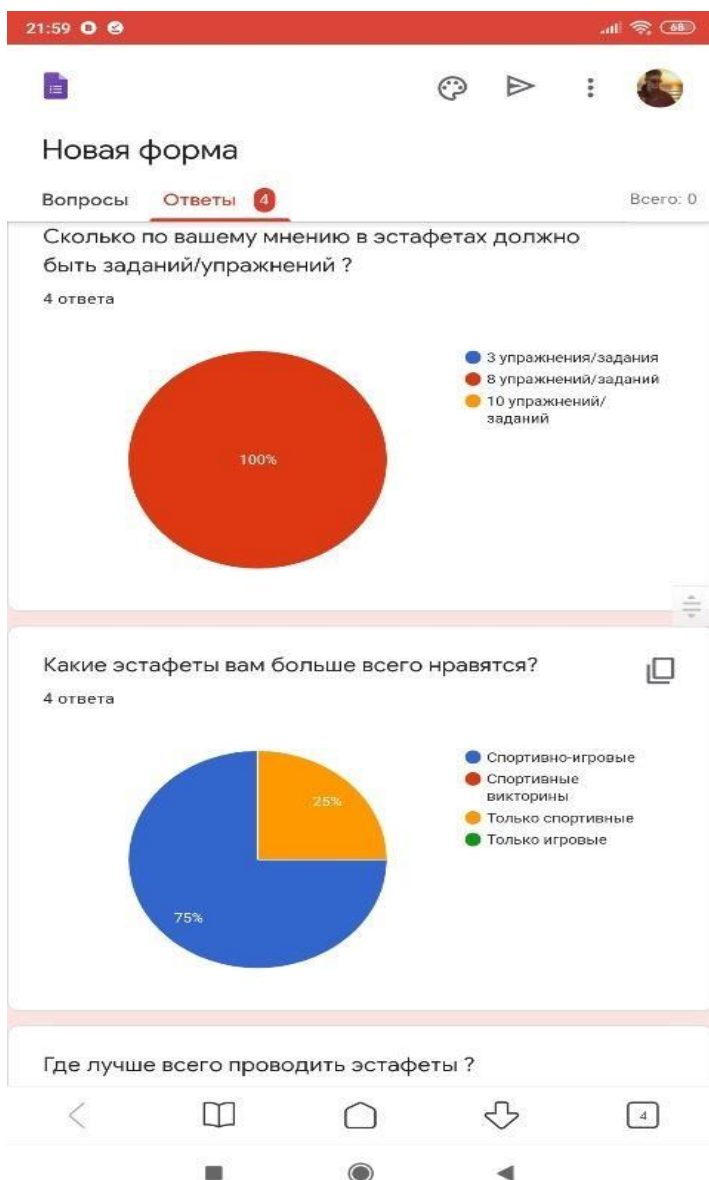
Список литературы

1. Ашмарин, Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании. [Текст] / А.Б. Ашмарин. – М.: Физкультура и спорт, 2014. – 223 с.
2. Благуш, П.К. Теории тестирования двигательных способностей./ Перевод с чешского. [Текст] / П.К. Благуш. – М.: Физкультура и спорт, 2013. – 165 с.
3. Верхошанский, Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. [Текст] / Ю.В. Верхошанский. – М.: ФиС, 2014. – 331 с.
4. Горбунов, Г.Д. Психопедагогика спорта. [Текст] / Г.Д. Горбунов. – Физкультура и спорт, 2014. – С. 56-78.
5. Дворкин Л.С. Силовые единоборства. Атлетизм, культуризм, пауэрлифтинг, гиревой спорт. Серия «Хит сезона». [Текст] / Л.С. Дворкин. – Ростов н / Д: Феникс, 2015. – 384 с.
6. Дьячков, В.М. Физическая подготовка спортсменов. [Текст] / В.М. Дьячков. – М.: Физкультура и спорт, 2014. – 45 с.
7. Захаров, Е.Е. Энциклопедия физической подготовки: Методические основы развития физических качеств. [Текст] / Е.Е. Захаров, А.В., Карасев, А.А., Сафонов. – М.: Лептос, 2014. – 368 с.
8. Зациорский, В.М. Физические качества спортсмена. [Текст] / В.М. Зациорский. – М.: Физкультура и спорт, 2013. – 200 с.
9. Зубченко, А.А. Круговая тренировка на уроках. [Текст] / А.А. Зубченко / Журнал «ФК в школе» №15, 2015. – 76 с.
10. Коробейников, Н.К. Физическое воспитание: Учебное пособие для учащихся ср. спец. учебных заведений. [Текст] / Н.К. Коробейников, И.Г. Михеев, А.Е. Николенко. – М.: Высшая школа, 2013. – 75 с.
11. Лях, В.И. Координационные способности школьников [Текст]: учебник / В.И. Лях. - Минск: Полымя, 2014. – 152 с.
12. Лях, В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. Пособие для учителя. [Текст] / В.И. Лях. – М.: 2015. с. 272.
13. Майнберг, Э. Основные проблемы педагогики спорта: Вводный курс/ Перевод с немецкого. [Текст] / Э. Майнберг. – М.: Аспект-пресс, 2015. – 318 с.
14. Маркосян, А.А. Физиология. [Текст] / А.А. Маркосян. – М.: Медицина, 2013.- 156 с.
15. Матвеев, Л.П. Основы спортивной тренировки: Учебное пособие для институтов физической культуры. [Текст] / Л.П. Матвеев. – М.: Физкультура и спорт, 2014. – 155 с.
16. Матвеев, Л. П., Новиков А. Д. Теория и методика физического воспитания. [Текст]/ Л. П. Матвеев - М., «Физкультура и спорт», 2015.- 36 с.
17. Рудницкий, В.И. Исследование способности борца к проявлению усилий взрывного характера и пути ее совершенствования. [Текст] / В.И. Рудницкий./ Автореф. дис.– М., 2013. – 21 с.
18. Родионов, А.В. Влияние психологических факторов на спортивный результат. [Текст] / А.В. Рудницкий. – М.: Физкультура и спорт, 2013. – С. 34.
19. Станков, А.Г. Индивидуализация подготовки самбистов. [Текст] / А.Г. Станков, В.П. Климин, И.А. Письменский. – М.: 2014. – 352 с.
20. Туманян, Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. Кинезиология и психология. [Текст] / Г.С. Туманян. – М.: Советский спорт, 2015. – 251 с.
21. Холодов, Ж.К., Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие. [Текст] / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: 2014. – 263 с.
22. Холодов, Ж.К. Физическая культура: Примерная учебная программа для высших учебных заведений. [Текст]/ Ж.К. Холодов.- М., 2013.
23. Хорунжий, А.Н. Теория и практика физической культуры, 2014, № 4 - с. 71-72 с.;
24. Чумаков, Е.М. Физическая подготовка самбистов. [Текст] / Е.М. Чумаков. – М.: 2012. – 457 с.
25. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта [Текст]: учебное пособие для преподавателей ФК / Ж.К. Холодов. - М.: Физкультура и спорт, 2014. – 424 с.

26. Шундеев, А. А. Многофакторная система оценки в смежных видах единоборств (бокс, кикбоксинг) у спортсменов в возрасте от 10 до 18 лет [Текст] / А. А. Шундеев . Физическое воспитание студентов. - 2015. - №2. - С. 149-159.

Приложение А

Фотоотчет по анкетированию:





Новая форма

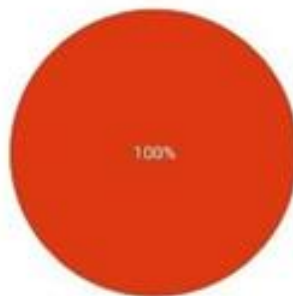
Вопросы

Ответы **4**

Всего: 0

Каким составом учащихся проводить эстафеты

4 ответа



- Отдельно по классам
- Отдельно по возрастным звеньям

Вы знаете что-нибудь об эстафетах ?

4 ответа

Это спортивные соревнования в беге, где участники после определенного отрезка, который пробежали ,передают эстафетную палочку

НиЧеГо

Да

Знаю



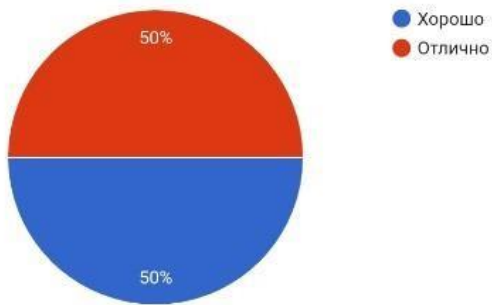
Новая форма

Вопросы **Ответы** 4

Всего: 0

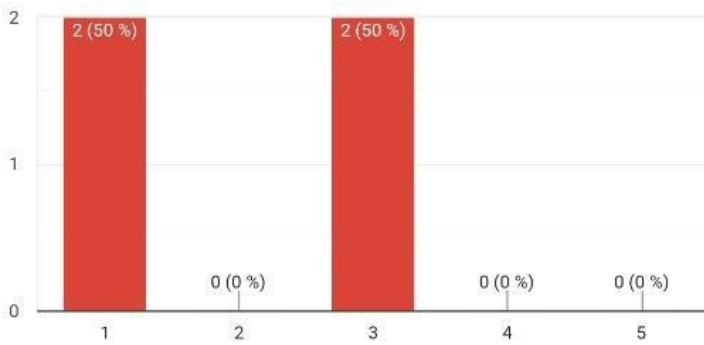
Как вы относитесь к проведению игровых эстафет ?

4 ответа



Как часто вы их проводите ?

4 ответа



21:59

Новая форма

Вопросы **Ответы 4** Всего: 0

Удовлетворительно
Баллов: 0 из 0

Медиана
Баллов: 0 из 0

Диапазон
Баллов: от 0 до 0

Распределение баллов

Получено очков	Респондентов
0	4

ФИО

4 ответа

- Калацук Дарья Сергеевна
- Варенцова Вероника Евгеньевна
- Грицких Наталья Ивановна
- Ким Максим Дмитриевич

Как вы относитесь к проведению игровых эстафет

Приложение Б

Анализ урока

Состав учебных заданий и нагрузочные параметры урока по физической культуре

Место проведения урока (Образовательное учреждение) _____

Дата и время проведения урока _____

Ф.И.О. проводящего урок _____

Данные о занимающихся (Класс _____ мальчиков _____ девочек _____)

Тема урока _____

Задачи урока _____

Используемый инвентарь _____

Ф.И.О. студента, наблюдающего урок _____

Группа _____

ПРОТОКОЛ НАБЛЮДЕНИЯ

	Состав учебных заданий (средства)	Объем (время воздействия)	Интенсивность (темп, напряженность)	Примечания
Подготовительная часть				
1*	<i>Строевые упражнения</i>	2 мин	низкий	
2	<i>Ходьба</i>	30 сек	средний	
3	<i>Упражнения в ходьбе</i>	40 сек	средний	
4	<i>Бег</i>	30 сек	средний	
...				
Количество учебных заданий 4		Сумма (мин) 3.40	Преимущественная интенсивность <i>средняя</i>	
Основная часть				
7				
8				
...				
Количество учебных заданий _____		Сумма (мин) _____	Преимущественная интенсивность _____	
Заключительная часть				
11				
12				
...				
Количество учебных заданий _____		Сумма (мин) _____	Преимущественная интенсивность _____	