

МНОБРНАУКИ РОССИИ
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И СПОРТИВНОЙ РАБОТЫ

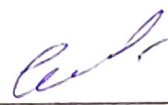
ОТЧЕТ
ПО УЧЕБНОЙ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ
ПРАКТИКЕ

Студент:
гр. БПО-22-ФК1




А.В Михальченко
Ф.И.О.

Руководитель практики
к.п.н., доцент



Е.А. Мунирова
Ф.И.О.

Руководитель практики от предприятия:
Директор МБУ ДО
"Спортивная школа города
Владивостока по гимнастике»



Е.А. Мунирова
Ф.И.О.



Владивосток 2023

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

ЗАДАНИЕ
на учебную технологическую практику

Студент Михальченко А.В

Срок прохождения практики: 12.06.2023 - 08.07.2023 (приказ № 4170-с)

Содержание практики:

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

Задание 2. Провести сравнительный анализ документов тематического планирования, применяемых в образовательных организациях с использованием информационной (цифровой) среды.

Задание 3. Провести мониторинг физического состояния и физической подготовленности обучающихся с использованием цифровых инструментов.

Задание 4. Принять участие в конференции с использованием онлайн-платформ.

Задание 5. Оформить отчет и документы практики в печатном и электронном виде и представить на защиту в соответствии с требованиями организации и в установленные графиком практики сроки.

Дата выдачи задания: 12.06.2023

Руководитель практики
к.п.н., доцент



подпись

Е.А. Мунирова
Ф.И.О.

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

КОНТРОЛЬНЫЙ ЛИСТ
прохождения инструктажа по охране труда и пожарной безопасности

Студент Михальченко А.В

Группы БПО-22-ФК1

Кафедра физкультурно-оздоровительной и спортивной работы

Руководитель практики доцент, Е.А. Мунирова

Инструктаж по ознакомлению с требованиями охраны труда, техники безопасности, противопожарной безопасности прошел

 / О.А. Барабаш /
(подпись уполномоченного лица)

С правилами трудового распорядка ознакомлен (а)


подпись

А.В.Михальченко
Ф.И.О.

(студента)

В период с 12 июня по 08 июля 2023 года в соответствии с графиком учебного процесса я проходил (а) учебную технологическую практику. В качестве задания на практику мне были зачтены различные виды работ. Виды и сроки выполненных работ представлены ниже.

ГРАФИК (ПЛАН)
прохождения учебной ознакомительной практики

Студент Михальченко А.В

Группа БПО-22-ФК1

Сроки прохождения практики: 12.06.2023 - 08.07.2023

Тема индивидуального задания на практику: «Мониторинг физического состояния и физической подготовленности обучающихся с использованием цифровых инструментов».


Виды работ	Структурное подразделение/ название проекта /мероприятие	Дата	Количество отработано времени	Наличие случаев опозданий и/или не своевременного выполнения заданий
Установочная конференция об организации практики в «СШ по гимнастике»	Кафедра Физкультурно-оздоровительной и спортивной работы	12.06.2023	2	отсутствуют
Инструктаж по технике безопасности	Кафедра Физкультурно-оздоровительной и спортивной работы	12.06.2023	2	отсутствуют
Участие в работе «СШ по гимнастике»	Ознакомится с деятельностью «СШ по гимнастике» изучение официального сайта. Подбор источников информации по теме индивидуального задания. Формирование списка литературы	12.06.2023	14	отсутствуют
		08.07.2023	26	отсутствуют
			20	отсутствуют
			34	отсутствуют
	Провести сравнительный анализ документов тематического планирования, применяемых в образовательных организациях с использованием информационной (цифровой) среды.			
	Провести фрагмент учебно-тренировочного занятия по виду спорта; провести учебно-тренировочные занятия по виду спорта.			
	Провести мониторинг физического состояния и			

	физической подготовленности обучающихся с использованием цифровых инструментов.			
	Принять участие в конференции с использованием с использованием онлайн-платформ.		26	отсутствуют
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 ВВГУ	12.06.2023 - 08.07.2023	20	отсутствуют
Итого:			144	

Дата выдачи задания на практику 12.06.2023

Срок сдачи студентом готового отчета 08.07.2023

Руководитель практики
к.п.н., доцент


_____ Е.А. Мунирова
подпись Ф.И.О.

Задание принял(а)


_____ А.В. Михальченко
подпись Ф.И.О.

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

ОТЗЫВ РУКОВОДИТЕЛЯ

на отчет по учебной технологической практике студента группы БПО-22-ФК1

Михальченко Алексея Валерьевича, направления подготовки 44.03.01 Педагогическое образование. Профиль Физическая культура.

Руководитель производственной педагогической практики доцент кафедры физкультурно-оздоровительной и спортивной работы ВВГУ Е.А. Мунирова.

Тема индивидуального задания: «Мониторинг физического состояния и физической подготовленности обучающихся с использованием цифровых инструментов».


Цель исследования: дать общую характеристику образовательному учреждению и определить организационно-методические особенности системы физического воспитания в Муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования "Спортивная школа города Владивостока по гимнастике» с использованием информационной (цифровой) среды.

Задачи исследования:

- 1) Студент познакомился с образовательным учреждением в форме экскурсии и провел интервьюирование тренера по спортивной гимнастике на предмет структуры и содержания тренировочной деятельности в исследуемом образовательном учреждении;
- 2) Дал краткую характеристику образовательному учреждению, изложил структурные и содержательные особенности системы тренировочного процесса;
- 3) Составил сравнительную таблицу наличия (отсутствия) организационно-методических и предметных компонентов обеспечения учебно-воспитательного процесса по спортивной гимнастике;
- 4) Сформулировал положительные стороны системы тренировочного процесса в учреждении и критические (проблемные) аспекты системы физического воспитания в данном учреждении;
- 5) Предоставил фотоотчет по материалам проведения тренировочного процесса (приложение Г);

Оценка хорошо

Руководитель практики
к.п.н., доцент


_____ Е.А. Мунирова
подпись Ф.И.О.

Содержание

Введение	3
Раздел 1. Характеристика структуры и основных функций образовательной организации с использованием информационной (цифровой) среды МБУ ДО «Спортивная школа г.Владивостока по гимнастике»	4
Раздел 2. Мониторинг физического состояния и физической подготовленности обучающихся с использованием цифровых инструментов 8-9 лет с использованием цифровых инструментов	16
Раздел 3. Участие в конференции с использованием онлайн-платформ	28
Выводы	31
Список литературы	32
Приложения	33

Введение

Учебная технологическая практика является необходимой частью подготовки бакалавров направления «Педагогическое образование» и проводится с целью ознакомления студентов со структурой и содержанием деятельности образовательного учреждения в целом и системой физического воспитания и компетенцией использования цифровых платформ, прикладного программного обеспечения, цифровых мессенджеров и др для решения задач планирования и организации педагогического процесса путём непосредственного участия в деятельности детской юношеской спортивной школы.

Учебная технологическая практика проходила на базе МБУ ДО «Спортивная школа г.Владивостока по гимнастике» с 12.06 по 08.07 2023 года. Руководитель производственной педагогической практики (второй) доцент кафедры физкультурно-оздоровительной и спортивной работы Е.А. Мунирова.

Содержательно практика представляла собой выполнение индивидуального задания от руководителя практики по теме: Основы гимнастики: изучение и практическое освоение базовых элементов и техники в гимнастике» участие в различных видах физкультурно-массовой деятельности и проведение учебно-тренировочных занятий.

Была изучена и дана характеристика структуры организации... МБУ ДО «Спортивная школа г.Владивостока по гимнастике» Мной были проведены учебно-тренировочные занятия по гимнастике и анализ физического состояния обучающихся.

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-9: «Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности».

Раздел 1 Характеристика структуры и основных функций образовательной организации: МБУ ДО «Спортивная школа г.Владивостока по гимнастике» с использованием информационной (цифровой) среды

Цель исследования: дать общую характеристику образовательному учреждению и определить организационно-методические особенности системы физического воспитания в МБУ ДО «Спортивная школа г.Владивостока по гимнастике» с использованием информационной (цифровой) среды.

Задачи исследования:

1) дать краткую характеристику образовательному учреждению, изложить структурные и содержательные особенности системы физического воспитания с использованием информационной (цифровой) среды;

2) провести сравнительный анализ документов тематического планирования, которое позволило выделить предназначение документа, его структурные и содержательные особенности, применяемые в образовательных организациях в "Спортивная школа города Владивостока по гимнастике" и Муниципальном бюджетном образовательном учреждении дополнительного образования детей «Детско-юношеская спортивная школа „Старт“ г. Владивостока». с использованием информационной (цифровой) среды.

Провести сравнительный анализ документов тематического планирования, применяемых в образовательных организациях с использованием информационной (цифровой) среды.

1.1 Общие сведения о базе практики

В рамках решения **первой задачи**, дадим краткую характеристику образовательной организации в МБУ ДО «Спортивная школа г.Владивостока по гимнастике» с использованием информационной (цифровой) среды (Таблица 1).

Таблица 1 – Характеристика образовательного учреждения МБУ ДО «Спортивная школа г.Владивостока по гимнастике»

1. Общие сведения, размещенные на официальном сайте

1)	Адрес образовательной организации	<i>Приморский край. Город Владивосток, ул. Пограничная 126</i>
2)	Название образовательной организации	<i>Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Спортивная школа города Владивостока по гимнастике»</i>
3)	Руководители образовательной организации	<i>Е.А. Мунирова (директор)</i>
4)	Количество обучающихся	<i>52 группы 725 человек.</i>
5)	Педагогический состав сотрудников по виду спорта	

<p>(указать ф.и.о, квалификация тренеров)</p>	<p><i>Андрейченко Анна Дементьевна- Мастер спорта по художественной гимнастике; Судья Всероссийской категории</i></p> <p><i>Антонова Светлана Зиновьевна- Отличник физической культуры и спорта (2002); Почётный работник общего образования РФ (2010); МСГ</i></p> <p><i>Горина Галина Ивановна- Отличник народного просвещения (1996); КМС; Судья Всероссийской категории</i></p> <p><i>Кайгородцева Ирина Юрьевна- Отличник физической культуры и спорта (2001); МС</i></p> <p><i>Коваль Надежда Аркадьевна- Мастер спорта по спортивной гимнастике</i></p> <p><i>Ланков Дмитрий Георгиевич- Благодарность департамента физической культуры и спорта (2017); КМС</i></p> <p><i>Недовесова Лариса Викторовна- Почетная грамота Минобразования и науки РФ (2013); Судья Всероссийской категории; КМС</i></p> <p><i>Нечаусова Олеся Фаизовна- КМС</i></p> <p><i>Нургалиева Наталья Николаевна- Благодарность департамента физической культуры и спорта ПК (2017); МС</i></p> <p><i>Юзенков Владимир Олегович- Отличник физической культуры и спорта (2001); МС; Благодарность департамента физической культуры и спорта ПК (2017)</i></p>
<p>6) Средняя наполняемость групп</p>	<p>10 человек</p>
<p>7) Описание спортивных сооружений</p>	<p><i>Специализированный спортивный зал, предназначенный для занятий спортивной гимнастикой.</i></p>

2. Организация учебно-тренировочного процесса

1)	Перечень основных документов планирования учебно-тренировочных занятий по этапам подготовки	<i>Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта "Спортивная гимнастика" и дополнительное образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта "Спортивная гимнастика"</i>
2)	Основные формы физкультурно-спортивной (оздоровительной) деятельности	<i>Учебно-тренировочные занятия</i>

3. Организация спортивно-массовых мероприятий

1)	Планирование и проведение спортивных мероприятий в ДЮСШ на период практики	<i>«Веселые старты», соревнования по спортивной гимнастике, сдача ГТО.</i>
2)	Участие в проведении спортивных мероприятий в ДЮСШ	<i>Не участвовал.</i>

1.2 Анализ документов тематического планирования

В результате решения **второй задачи** нами была составлена таблица, где провели сравнительный анализ документов тематического планирования, которое позволило выделить предназначение документа, его структурные и содержательные особенности, применяемые в образовательных организациях в Муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования "Спортивная школа города Владивостока по гимнастике" и Муниципальном бюджетном образовательном учреждении дополнительного образования детей «Детско-юношеская спортивная школа „Старт“ г. Владивостока». с использованием информационной (цифровой) среды (Таблица 2, 3,4).

Таблица 2 – Структура и основное содержание Федерального стандарта по спортивной гимнастике и футболу

№ пункта ФГОС	Вопрос	Ответ
I Общие положения		
1.	Что включают в себя общие положения по виду спорта "Спортивная гимнастика"?	<p>Название дополнительной образовательной программы спортивной подготовки с указанием вида спорта (спортивной дисциплины);</p> <p>1.1.2. Цели дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.</p> <p>1.2. Характеристику дополнительной образовательной программы спортивной</p>

		<p>подготовки, включающую:</p> <p>1.2.1. Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки .</p> <p>1.2.2. Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.</p> <p>1.2.3. Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, включающие: учебно-тренировочные занятия; учебно-тренировочные мероприятия, спортивные соревнования, согласно объему соревновательной деятельности иные виды (формы) обучения.</p> <p>1.2.4. Годовой учебно-тренировочный план, с учетом соотношения видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки</p> <p>1.2.5. Календарный план воспитательной работы.</p> <p>1.2.6. План мероприятий, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним.</p> <p>1.2.7. Планы инструкторской и судейской практики.</p> <p>1.2.8. Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств.</p> <p>1.3. Систему контроля, содержащую:</p> <p>1.3.1. Требования к результатам прохождения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, в том числе к участию в спортивных соревнованиях.</p> <p>1.3.2. Оценку результатов освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.</p> <p>1.3.3. Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки и уровень спортивной квалификации лиц, проходящих спортивную подготовку, по годам и этапам спортивной подготовки.</p>
2	Что включают в себя общие	1.1.1. Название дополнительной

	положения по виду спорта “Футбол”?	<p>образовательной программы спортивной подготовки с указанием вида спорта (спортивной дисциплины).</p> <p>1.1.2. Цели дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.</p> <p>1.2. Характеристику дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, включающую:</p> <p>1.2.1. Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки</p> <p>1.2.2. Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки</p> <p>1.2.3. Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, включающие: учебно-тренировочные занятия; учебно-тренировочные мероприятия спортивные соревнования, согласно объему соревновательной деятельности иные виды (формы) обучения.</p> <p>1.2.4. Годовой учебно-тренировочный план, с учетом соотношения видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки .</p> <p>1.2.5. Календарный план воспитательной работы.</p> <p>1.2.6. План мероприятий, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним.</p> <p>1.2.7. Планы инструкторской и судейской практики.</p> <p>1.2.8. Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств.</p> <p>1.3. Систему контроля, содержащую:</p> <p>1.3.1. Требования к результатам прохождения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, в том числе к участию в спортивных соревнованиях.</p> <p>1.3.2. Оценку результатов освоения дополнительной образовательной</p>
--	------------------------------------	---

		<p>программы спортивной подготовки.</p> <p>1.3.3. Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки и уровень спортивной квалификации лиц, проходящих спортивную подготовку, по годам и этапам спортивной подготовки.</p> <p>1.4. Рабочую программу по виду спорта (спортивной дисциплине), состоящую из программного материала для учебно-тренировочных занятий по каждому этапу спортивной подготовки и учебно-тематического плана.</p> <p>1.5. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, включающие материально-технические, кадровые и информационно-методические условия.</p>
3.		
II. Нормативная часть		
1.	Что должна содержать нормативная часть в "Спортивной гимнастике"?	<p>гимнастика"</p> <ul style="list-style-type: none"> - планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта "спортивная гимнастика" - режимы тренировочной работы; - медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим спортивную подготовку; - предельные тренировочные нагрузки; - объем соревновательной деятельности; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию; - требования к количественному и качественному составу групп на этапах спортивной подготовки; - объем индивидуальной спортивной подготовки; - структуру годичного цикла (название и продолжительность периодов, этапов, мезоциклов).
2.	Что должна содержать нормативная часть в "Футболе"?	<ul style="list-style-type: none"> - продолжительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта футбол - соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта футбол

		<ul style="list-style-type: none"> - планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта футбол - режимы тренировочной работы; - медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим спортивную подготовку; - предельные тренировочные нагрузки; - минимальный и предельный объем соревновательной деятельности; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию; - требования к количественному и качественному составу групп подготовки; - объем индивидуальной спортивной подготовки; - структуру годового цикла (название и продолжительность периодов, этапов, мезоциклов).
3.		
III. Методическая часть		
1.	Что должна содержать методическая часть по "Спортивной гимнастике"?	<ul style="list-style-type: none"> - рекомендации по проведению тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и спортивных соревнований; - рекомендуемые объемы тренировочных и соревновательных нагрузок; - рекомендации по планированию спортивных результатов; - требования к организации и проведению врачебно-педагогического, психологического и биохимического контроля; - программный материал для практических занятий по каждому этапу спортивной подготовки с разбивкой на периоды подготовки; - рекомендации по организации психологической подготовки; - планы применения восстановительных средств; - планы антидопинговых мероприятий; - планы инструкторской и судейской практики.
2.	Что должна содержать методическая часть по "Футболу"?	<ul style="list-style-type: none"> - рекомендации по проведению тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований; - рекомендуемые объемы тренировочных и соревновательных нагрузок;

		<ul style="list-style-type: none"> - рекомендации по планированию спортивных результатов; - требования к организации и проведению врачебно-педагогического, психологического и биохимического контроля; - программный материал для практических занятий по каждому этапу подготовки с разбивкой на периоды подготовки; - рекомендации по организации психологической подготовки; - планы применения восстановительных средств; - планы антидопинговых мероприятий; - планы инструкторской и судейской практики.
3.		
IV. Система контроля и зачетные требования		
1.	Что должны в себя включать система контроля и зачётные требования в Футболе?	<ul style="list-style-type: none"> - конкретизацию критериев подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку на каждом этапе спортивной подготовки, с учетом возраста и влияния физических качеств и телосложения на результативность в виде спорта футбол ; - требования к результатам реализации Программы на каждом этапе спортивной подготовки, выполнение которых дает основание для перевода лица, проходящего спортивную подготовку на следующий этап спортивной подготовки; - виды контроля общей и специальной физической, спортивно-технической и тактической подготовки, комплекс контрольных испытаний и контрольно-переводные нормативы по годам и этапам подготовки, сроки проведения контроля; - комплексы контрольных упражнений для оценки общей, специальной физической, технико-тактической подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку, методические указания по организации тестирования, методам и организации медико-биологического обследования.
2.	Что должны в себя включать система контроля и зачётные требования в Спортивной гимнастике?	<ul style="list-style-type: none"> - конкретизацию критериев подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку на каждом этапе спортивной подготовки, с учетом возраста и влияния физических качеств и телосложения на результативность по виду спорта "спортивная гимнастика" - требования к результатам реализации

		<p>Программы на каждом этапе спортивной подготовки, выполнение которых дает основание для перевода лица, проходящего спортивную подготовку на следующий этап спортивной подготовки;</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды контроля общей физической и специальной физической, технической и тактической подготовки, комплекс контрольных испытаний и контрольно-переводные нормативы по годам и этапам спортивной подготовки, сроки проведения контроля; - комплексы контрольных упражнений для оценки общей физической, специальной физической, технической, тактической подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку, методические указания по организации тестирования, методам и организации медико-биологического обследования.
V. Перечень информационного обеспечения		
1.	Что входит в перечень информационного обеспечения по Спортивной гимнастике?	"Перечень информационного обеспечения" Программы должен включать: список литературных источников, перечень аудиовизуальных средств, перечень Интернет-ресурсов, необходимых для использования в работе лицами, осуществляющими спортивную подготовку, и при прохождении спортивной подготовки лицами, проходящими спортивную подготовку.
2.	Что входит в перечень информационного обеспечения по Футболу?	"Перечень информационного обеспечения" Программы должен включать: список литературных источников, перечень аудиовизуальных средств, перечень Интернет-ресурсов, необходимые для использования в работе лицами, осуществляющими спортивную подготовку и при прохождении спортивной подготовки лицами, проходящими спортивную подготовку.
1.	Как формируется план физкультурных и спортивных мероприятий по Спортивной Гимнастике?	Как формируется план физкультурных и спортивных мероприятий по Спортивной Гимнастике?
2.	Как формируется план физкультурных и спортивных мероприятий по Футболу?	План физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий формируется организацией, осуществляющей спортивную подготовку, на основе Единого календарного плана межрегиональных, всероссийских и международных

		физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, календарных планов физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий субъекта Российской Федерации, муниципальных образований.
--	--	---

Таблица 3 – Структура и основное содержание Рабочей программы по гимнастике

№	Разделы программы	Содержание
1	Пояснительная записка	1.1. Характеристика «спортивной гимнастики» как вида спорта и ее отличительные особенности
2	Нормативная часть	<p>2.1. Структура тренировочного процесса (циклы, этапы, периоды и другое).16</p> <p>2.2. Продолжительность этапов спортивной подготовки, возраст лиц для зачисления и перевода на этапы спортивной подготовки, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта «спортивная гимнастика»</p> <p>2.3. Требования к объёму тренировочного процесса (приложение 2 к ФССП), в том числе к объёму индивидуальной подготовки и предельным тренировочным нагрузкам</p> <p>2.4. Режимы тренировочной работы и периоды отдыха (активного, пассивного)</p> <p>2.5. Виды подготовки (общая физическая, специальная физическая, техническая, тактическая, теоретическая и психологическая), а также их соотношение в структуре тренировочного процесса на этапе спортивной подготовки по виду спорта «спортивная гимнастика» (приложение 3 к ФССП)</p> <p>2.6. Требования к объёму соревновательной деятельности на этапе спортивной подготовки по виду спорта «спортивная гимнастика» (приложение 4 к ФССП)</p> <p>2.7. Перечень тренировочных мероприятий по виду спорта «спортивная гимнастика» (приложение 5 к ФССП)</p> <p>2.8. Годовой план спортивной подготовки</p> <p>2.9. Требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию</p> <p>2.10. План медицинских, медико-биологических мероприятий и применения физических качеств на результативность</p> <p>2.11. План мероприятий, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним</p>

3	Методическая часть	<p>3.1. Рекомендации по проведению тренировочных занятий с учётом влияния восстановительных средств.</p> <p>3.1.1. Краткая характеристика возрастного развития детей и его влияния на развитие физических качеств в процессе спортивной тренировки.</p> <p>3.1.2. Физическая подготовка</p> <p>3.1.3. Развитие физических качеств</p> <p>3.1.4. Техническая подготовка</p> <p>3.1.5. Теоретическая подготовка</p> <p>3.1.6. Психологическая подготовка</p> <p>3.1.7. Интегральная подготовка</p> <p>3.2. Планы-конспекты тренировочных занятий для начального этапа спортивной подготовки с указанием средств и методов тренировки</p> <p>3.2.1. Структура тренировочного занятия</p> <p>3.2.2. Средства и методы тренировки</p> <p>3.3. Рекомендации по планированию спортивных результатов</p> <p>3.4. Рекомендации по организации научно-методического обеспечения, в том числе психологического сопровождения.</p> <p>3.4.1. Научно-методическое обеспечение на этапе НП</p> <p>3.4.2. Психологическое сопровождение на этапе НП</p>
4	Система спортивного отбора и контроля	<p>4.1. Мероприятия по отбору спортсменов для комплектования групп спортивной подготовки по виду спорта «спортивная гимнастика» на этапе НП</p> <p>4.2. Критерии оценки результатов реализации Программы на этапе НП в соответствии с требованиями ФССП</p> <p>4.3. Контроль результативности тренировочного процесса по итогам годового периода и этапа НП, сроки его проведения</p> <p>4.4. Комплекс контрольных упражнений, тесты и перечень вопросов для оценки общей и специальной физической, технической, психологической и теоретической подготовки спортсменов на этапе НП</p> <p>4.5. Рекомендации по организации и проведению контроля видов подготовленности на этапе НП.</p>

5	Информационное обеспечение программы	6.1. Основная литература 6.2. Дополнительная литература 6.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»
6	Перечень материально-технического обеспечения	В целях качественного построения тренировочного процесса Организация должна самостоятельно и (или) на основании договоров, заключённых в соответствии с гражданским законодательством Российской Федерации, существенным условием которых является право пользования соответствующей материально-технической базой и (или) объектом спортивной инфраструктуры, обеспечить наличие в оперативном управлении: – тренировочного спортивного зала; – хореографического зала; – тренажерного зала; – раздевалок, душевых; – медицинского пункта, оборудованного в соответствии с приказом Минздрава России от 23.10.2020 г. № 1144н; – оборудованием и спортивным инвентарем, необходимым для осуществления спортивной подготовки
7	Приложения	8.1. Перечень восстановительных средств, применяемых на этапе НП

Таблица 4 – Примерный Тематический план по спортивной гимнастике для группы в МБУ ДО «СШ города Владивостока по гимнастике» для учебно-тренировочной группы мальчиков 11-13 лет.

№ п/п	Наименование темы	Количество часов		
		Всего	Теоретические занятия	Практические занятия
1	Общие сведения о гимнастике.	3	3	-
2	Инструктаж по технике безопасности.	3	2	1
3	Упражнения на развитие силы.	10	1	9
4	Упражнения на развитие гибкости.	10	1	9
5	Акробатика.Разновидности прыжков.	30	3	24
6	Упражнения на брусьях.	20	3	17
7	Упражнения на бревне.	20	3	17
8	Опорный прыжок.	20	3	17

9	Мониторинг физического состояния и физической подготовленности.	7	1	6
Итого:		120	20	100

Раздел 2. Мониторинг физического состояния и физической подготовленности по спортивной гимнастике

Цель исследования: Разработать за период практики планы-конспекты учебно-тренировочных занятий в учебно-тренировочной группе мальчиков 11-13 лет в “Спортивной школе гимнастики”.

Задачи исследования:

1) Разработать за период практики планы-конспекты учебно-тренировочных занятий, для занимающихся в прикрепленной группе, согласовать с тренером по виду спорта, утвердить конспекты занятий у руководителя по практике.

2) Провести мониторинг физического состояния и физической подготовленности (*не менее 4 тестов*) обучающихся с использованием цифровых инструментов и обработать результаты тестирования и определить уровень физического состояния и физической подготовленности используя прикладные программы (Excel и.д.) у ... (*указать пол и возраст испытуемых; учреждение*). Результаты занести в таблицы.

2.1 Учебно-тренировочные занятия по гимнастике

В рамках решения *первой задачи*, мы разработали за период практики планы-конспекты учебно-тренировочных занятий, для занимающихся в прикрепленной группе, согласовали с тренером по виду спорта, утвердили конспекты занятий у руководителя по практике.

РАСПИСАНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ

Расписание тренировочных занятий

Группы	Дни и часы занятий					
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота
Мальчики 8-9 лет	16:30-18:00	16:30-18:00	16:30-18:00	16:30-18:00	16:30-18:00	16:30-18:00

КОНСПЕКТЫ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ

Конспект № 1

Группа ГНП -1

Дата проведения 19.06.2023

Место проведения Спортивный специализированный зал для спортивной гимнастики

Задачи:

1.Образовательная 2.Оздоровительная 3.Воспитательная 4.Развивающая

Инвентарь: Гимнастический коврик, мягкие маты, скакалка, мячи разного размера.

Части занятия	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная			
Вводная	Приветствие и знакомство с детьми. Объяснение цели и задач урока.	5 минут	Проверка наличие формы и жвачки, самочувствие учащихся, равнение
Разминка	Бег 1.Сгибаю ноги вперёд 2.Сгибаю ноги назад 3.Галоп правым боком 4.Галоп левым боком	1 круг	Колени высоко, касаться ягодиц, корпус вперёд, следить за дыханием
	I И.П основная стойка 1.Наклон головы вперёд 2.Назад 3.Влево 4.Вправо	4 повтора	Спина ровно, руки на поясе, выполнять медленно
	II И.П основная стойка 1-4 Круговые движения головой вправо 5-8 влево	2 повтора	Спина ровно, руки на поясе, выполнять медленно
	III И.П стойка ноги врозь, руки вперед 1-4 круговые движения руками вперёд 5-8 назад	4 повтора	Спина ровно, руки прямые, руки как можно шире, голова ровно
	IV И.П стойка ноги врозь, руки в стороны 1-4 круговые движение в локтях вправо 5-8 влево	4 повтора	Спина ровно, выполнять с максимальной амплитудой
	V И.П стойка ноги врозь, руки вперед в замок 1-4 круговые движение кистями вправо	4 повтора	Спина ровно, руки прямые

	5-8 плечо		
	VI И.П Широкая стойка, руки в сторону 1.Наклон туловища вперед, руки вперед 2.И.П 3.Наклон туловища назад, руки на пояс 4.И.П	4 повтора	Спина ровно, руки прямые
	VII И.П Стойка ноги врозь, руки на пояс 1-2 Наклон туловища вправо 3-4 Наклон туловища влево	4 повтора	Наклон ниже, колени не сгибать, касаться пола
	VIII И.П Стойка ноги врозь, руки на пояс 1-4 Круговые движение туловищем вправо 5-8 влево	4 повтора	Наклон ниже, ноги прямые, максимальная амплитуда
	IX И.П колени согнуты, руки на коленях 1-4 Круговые движения коленями вправо 5-8 Влево	4 повтора	Ноги вместе, максимальная амплитуда
	X И.П Стойка ноги врозь, руки перед собой 1.Приседание 2.И.П 3.Приседание 4.И.П	4 повтора	Носки развёрнуты в разные стороны, ягодицы параллельно полу, колени не выходят за носки
	XI И.П Основная стойка 1.Прыжок ноги врозь, руки через голову 2.И.П	10 раз	Носки развёрнуты в разные стороны, наклон, не сгибая ноги в коленях
Основная часть			
Упражнения на гибкость	Растяжка ног: сидя на полу, руки вытянуты вперед, поочередно согнуть и разогнуть ноги в коленях.	3 минуты	Наклон ниже, спина прямо
	Растяжка спины: стоя на коленях, руки вытянуты вперед, поочередно наклоняться вперед и назад.	5 минут	Максимальный прогиб в спине
	Растяжка рук: стоя на месте, руки вытянуты вверх, поочередно наклоняться в стороны.	3 минуты	Руки максимально вверх, Наклон ниже
	Шпагат: дети пытаются сделать шпагат, помогая себе руками или опираясь о маты.	4 минут	Стараться сесть на шпагат
Упражнения на	Бег с подъемом коленей: дети бегут на месте, поднимая колени	3 раза	Колени выше

координацию	как можно выше.		
	Передвижение с шагами вперед и назад: дети делают шаг вперед одной ногой, затем шаг назад другой ногой.	1 круг	Правильность выполнения, не путаться в ногах
	Перебрасывание мяча: дети стоят в кругу, передают мяч друг другу, при этом необходимо следить за тем, чтобы мяч не упал.	5 минут	Мяч не должен коснуться пола
Элементы гимнастики	Прыжки через скакалку: дети прыгают через скакалку, стараясь не задевать ее.	3 минуты	Максимальная скорость прыжков
	Прыжки на месте с разворотом на 180 градусов: дети прыгают на месте, одновременно разворачиваясь на 180 градусов.	10 раз в каждую сторону	Прыжки в разные стороны
	Подъем на руки: дети делают подъем на руки, опираясь о гимнастический коврик или маты.	10 раз	Прямые руки, спина, стараться выпрямить тело
	Переворот через плечо: дети делают переворот через плечо, опираясь о гимнастический коврик или маты.	10 раз через каждое плечо	Правильная группировка
Заклочительная			
Заклочительная часть	Стретчинг: дети садятся на пол, руки вытянуты вперед, поочередно наклоняются вперед, касаясь пола.	5 минут	Максимальный наклон к каждой ноге
Завершение урока	Подведение итогов	3 минуты	Следить за дисциплиной, узнать, чему научились сегодня, что было интересным

Конспект № 2

Группа ГНП-1

Дата проведения 20.06.23

Место проведения Спортивный специализированный зал для спортивной гимнастики

Задачи: 1.Образовательная 2.Оздоровительная 3.Воспитательная 4.Развивающая

Инвентарь: Скамейка, маты, бревно

Части занятия	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная			
Вводная	Приветствие Объяснение цели и задач урока.	5 минут	Проверка наличие формы и жвачки, самочувствие учащихся, равнение

Разминка	Бег 1.Сгибая ноги вперёд 2.Сгибая ноги назад 3.Галоп правым боком 4.Галоп левым боком	1 круг	Колени высоко, касаться ягодиц, корпус вперёд, следить за дыханием
	I И.П. Основная стойка 1.Наклон головы вперёд 2.Назад 3.Влево 4.Вправо	4 повтора	Спина ровно, руки на поясе, выполнять медленно
	II И.П. Основная стойка 1-4 Круговые движения головой вправо 5-8 влево	2 повтора	Спина ровно, руки на поясе, выполнять медленно
	III И.П. Стойка ноги врозь, руки вперёд 1-4 круговые движения руками вперёд 5-8 назад	4 повтора	Спина ровно, руки прямые, руки как можно шире, голова ровно
	IV И.П. Стойка ноги врозь, руки в стороны 1-4 круговые движение в локтях вправо 5-8 влево	4 повтора	Спина ровно, выполнять с максимальной амплитудой
	V И.П. Стойка ноги врозь, руки вперёд в замок 1-4 круговые движение кистями вправо 5-8 влево	4 повтора	Спина ровно, руки прямые
	VI И.П. Широкая стойка, руки в сторону 1.Наклон туловища вперёд, руки вперёд 2.И.П. 3.Наклон туловища назад, руки на пояс 4.И.П	4 повтора	Спина ровно, руки прямые
	VII И.П. Стойка ноги врозь, руки на пояс 1-2 Наклон туловища вправо 3-4 Наклон туловища влево	4 повтора	Наклон ниже, колени не сгибать, касаться пола
	VIII И.П. Стойка ноги врозь, руки на пояс 1-4 Круговые движение туловищем вправо 5-8 влево	4 повтора	Наклон ниже, ноги прямые, максимальная амплитуда
IX И.П. Колени согнуты, руки на коленях 1-4 Круговые движения коленями вправо 5-8 Влево	4 повтора	Ноги вместе, максимальная амплитуда	

	X И.П. Стойка ноги врозь, руки перед собой 1.Приседание 2.И.П 3.Приседание 4.И.П.	4 повтора	Носки развёрнуты в разные стороны, ягодицы параллельно полу, колени не выходят за носки
	XI И.П. Основная стойка 1.Прыжок ноги врозь, руки через голову 2.И.П	10 раз	Носки развёрнуты в разные стороны, наклон, не сгибая ноги в коленях
Основная часть			
Упражнения на развитие силы и выносливости	Упражнения на пресс скручивания	2 подхода по 30 раз	Ноги согнуты, опускаться медленно, не останавливаться
	Упражнения на спину гиперэкстензии	2 подхода по 30 раз	Спина прямая, руки перед собой,
	Упражнения на ноги приседания	3 подхода по 15 раз	Сгибание ног не более 90 градусов, ноги на ширине плеч
	Упражнения на руки отжимания	3 подхода по 15 раз	Сгибание рук до 90 градусов, спина прямая живот втянут
Техника выполнения элементов гимнастики	Стойка на руках	10 раз	Прямые руки, спина, стараться выпрямить тело
	Перекаты вперед и назад	10 раз в каждую сторону	Правильная группировка
Заключительная			
Заключительная часть	Стретчинг: дети садятся на пол, руки вытянуты вперед, поочередно наклоняются вперед, касаясь пола.	5 минут	Максимальный наклон к каждой ноге
Завершение урока	Подведение итогов	3 минуты	Следить за дисциплиной, узнать, чему научились сегодня, что было интересным

Конспект № 3

Группа ГНП -1

Дата проведения 22.06.23

Место проведения Спортивный специализированный зал для спортивной гимнастики

Задачи: 1.Образовательная 2.Оздоровительная 3.Воспитательная 4.Развивающая

Инвентарь: Шведская стенка, маты, бревно

Части занятия	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная			
Вводная	Приветствие.	5 минут	Проверка наличие

	Объяснение цели и задач урока.		формы и жвачки, самочувствие учащихся, равнение
Разминка	Бег 1.Сгибаю ноги вперёд 2.Сгибаю ноги назад 3.Галоп правым боком 4.Галоп левым боком	1 круг	Колени высоко, касаться ягодиц, корпус вперёд, следить за дыханием
	I И.П. основная стойка 1.Наклон головы вперёд 2.Назад 3.Влево 4.Вправо	4 повтора	Спина ровно, руки на поясе, выполнять медленно
	II И.П. Основная стойка 1-4 Круговые движения головой вправо 5-8 влево	2 повтора	Спина ровно, руки на поясе, выполнять медленно
	III И.П. Стойка ноги врозь, руки вперёд 1-4 круговые движения руками вперёд 5-8 назад	4 повтора	Спина ровно, руки прямые, руки как можно шире, голова ровно
	IV И.П. Стойка ноги врозь, руки в стороны 1-4 круговые движение в локтях вправо 5-8 влево	4 повтора	Спина ровно, выполнять с максимальной амплитудой
	V И.П. Стойка ноги врозь, руки вперёд в замок 1-4 круговые движение кистями вправо 5-8 влево	4 повтора	Спина ровно, руки прямые
	VI И.П. Широкая стойка, руки в сторону 1.Наклон туловища вперёд, руки вперёд 2.И.П. 3.Наклон туловища назад, руки на пояс 4.И.П.	4 повтора	Спина ровно, руки прямые
	VII И.П. Стойка ноги врозь, руки на пояс 1-2 Наклон туловища вправо 3-4 Наклон туловища влево	4 повтора	Наклон ниже, колени не сгибать, касаться пола
	VIII И.П. Стойка ноги врозь, руки на пояс 1-4 Круговые движение туловищем вправо 5-8 влево	4 повтора	Наклон ниже, ноги прямые, максимальная амплитуда
IX И.П. Колени согнуты, руки на	4 повтора	Ноги вместе,	

	коленях 1-4 Круговые движения коленями вправо 5-8 Влево		максимальная амплитуда
	X И.П. Стойка ноги врозь, руки перед собой 1.Приседание 2.И.П. 3.Приседание 4.И.П.	4 повтора	Носки развёрнуты в разные стороны, ягодицы параллельно полу, колени не выходят за носки
	XI И.П. Основная стойка 1.Прыжок ноги врозь, руки через голову 2.И.П.	10 раз	Носки развёрнуты в разные стороны, наклон, не сгибая ноги в коленях
Основная часть			
Упражнения на ноги	Приседания с поднятыми руками и руки в сторону	15 раз, в каждом положении	Сгибание ног не более 90 градусов, ноги на ширине плеч
	Выпады в стороны	15 раз на каждую ногу	Сгибание ног не более 90 градусов, руки на колено
Упражнения на координацию:	Лазанье по стенке одноименным подниманием руки и ноги	2 раза	Стараться не путаться
	Ходьба по прямой на носках	2 раза	Спина прямая, максимальный подъём на носках
	Ходьба по прямой на пятках	2 раза	Спина прямая
Упражнения на равновесие	Стояние на одной ноге с поднятыми руками	4 раза по 45 секунд	Прямые руки, ногу как можно выше
	Стояние на пятках с поднятыми руками.	3 раза по 1 минуте	Прямые руки, максимальное поднятые носки
Заключительная			
Заключительная часть	Стретчинг: дети садятся на пол, руки вытянуты вперед, поочередно наклоняются вперед, касаясь пола.	5 минут	Максимальный наклон к каждой ноге
Завершение урока	Подведение итогов	3 минуты	Следить за дисциплиной, узнать, чему научились сегодня, что было интересным

2.2 Мониторинг функционального состояния и физической подготовленности обучающихся мальчики 8-9 лет с использованием цифровых инструментов по спортивной гимнастике

Для диагностика уровня физического состояния и физической подготовленности обучающихся с использованием цифровых инструментов мальчиков 8-9 лет в муниципальном бюджетном учреждении «Спортивная школа города Владивостока по гимнастике» мы начали с подготовки к процедуре педагогического тестирования тест Челночный бег 10Х3 для проверки координационных способностей; Прыжок в длину с места для проверки скоростно силовых способностей; Подтягивание из виса на высокой перекладине для проверки силовых качеств; Проба Штанге для проверки Состояние дыхательной и сердечно-сосудистой систем.. Затем был разработан бланк первичного протокола тестирования (Приложение А)

Затем нами была актуализирована «Таблица нормативов уровня физического состояния и физической подготовленности школьников» и физического состояния (Приложение Б, В)

Далее мы оформили первичный протокол тестирования (Таблица 4) и произвели обработку показателей тестирования уровня физического состояния и физической подготовленности школьников» и физического состояния методами математической статистики (Таблица 5, 6) и выполнили графическую интерпретацию результатов (Рисунок 1, 2).

Таблица 4 - Первичный протокол тестирования уровня физического состояния и физической подготовленности учащихся группы Муниципального бюджетного учреждения "Спортивная школа города Владивостока по гимнастике»

ПРОТОКОЛ

Группа: ГНП-1 (мальчики 8-9 лет), 5 чел. испытуемых.

Тестирующий: студент группы БПО-22-ФК1 Михальченко А.В

Дата тестирования: 21.06.202

№	Ф.И.О. учащегося	Челночный бег 10Х3		Прыжок в длину с места		Подтягивание из виса на высокой перекладине		Проба Штанге		Средний УФП
		Показатель	УФП	Показатель	УФП	Показатель	УФП	Показатель	УФП	
1	Куприков Кирилл Дмитриевич	9,7	Средн	143	Выс	7	Выс	19	Средн	Средний
2	Баналист Михаил Сергеевич	10,3	Низ	137	Сред	5	Сред	18	Низ	Средний

3	Климчук Роман Максимович	9,0	Выс	140	Сред	5	Сред	21	Сред	Средний
4	Ярлыков Тимофей Андреевич	9,9	Низ	145	Выс	6	Сред	18	Низ	Средний
5	Осокин Василий Александрович	9,5	Сред	132	Сред	7	Выс	20	Сред	Средний
Средний показатель / Средний УФП		9,68	Сред	139,4	Сред	6	Сред	19,2	Сред	Средний

Данные по физической подготовки показали, что учащиеся Муниципального бюджетного учреждения "Спортивная школа города Владивостока по гимнастике» лучше всего развиты в Подтягивание из виса на высокой перекладине и Прыжок в длину с места, худший показатели Челночный бег 10Х3 и Проба Штанге, но общее показатели физической подготовки находятся на среднем уровне.

Таблица 5 - Соотношение количества испытуемых относительно уровня физического состояния и физической подготовленности по видам испытаний в начальной группе

Учащиеся Муниципального бюджетного учреждения «Спортивная школа г. Владивостока по гимнастике»

Группа: ГНП-1 (мальчики 8-9 лет), 5 чел. испытуемых.

Тестирующий: студент группы БПО-22-ФК1 Михальченко А.В

Дата тестирования: 21.06.23

	Тестируемая физическая способность (тест)	Уровни физической подготовленности					
		Низкий		Средний		Высокий	
		Колич	%	Колич	%	Колич	%
1	Координационные способности (тест – челночный бег)	2	40	2	40	1	20
2	Скоростно-силовые способности (тест – прыжок в длину с места)	0	0	3	60	2	40

3	Силовые качества (тест - Подтягивание из виса на высокой перекладине)	0	0	3	60	2	40
4	Состояние дыхательной и сердечно- сосудистой систем (тест - проба Штанге)	2	40	3	60	0	0

Данная таблица показывает, что у учащихся Муниципального бюджетного учреждения «Спортивная школа города Владивостока по гимнастике» на хорошем уровне развиты Скоростно-силовые и силовые качества, и на среднем уровне координационные способности, но состояние дыхательной и сердечно-сосудистой системы на низком уровне.

Таблица 6 - Общее соотношение количества испытуемых относительно уровня физического состояния и физической подготовленности

Муниципальное бюджетное учреждения «Спортивная школа г. Владивостока по гимнастике»

Группа: ГНП-1 (мальчики 8-9 лет), 5 чел. испытуемых.

Тестирующий: студент группы БПО-22-ФК1 Михальченко А.В

Дата тестирования: 21.06.2023

Контингент испытуемых	Уровни физического состояния и физической подготовленности					
	Низкий		Средний		Высокий	
Мальчики 8-9 лет	Колич.	%	Колич.	%	Колич.	%
		0	0	5	100	0

Данная таблица показывает, что мальчики начальной группы все находятся на среднем уровне физической подготовки.

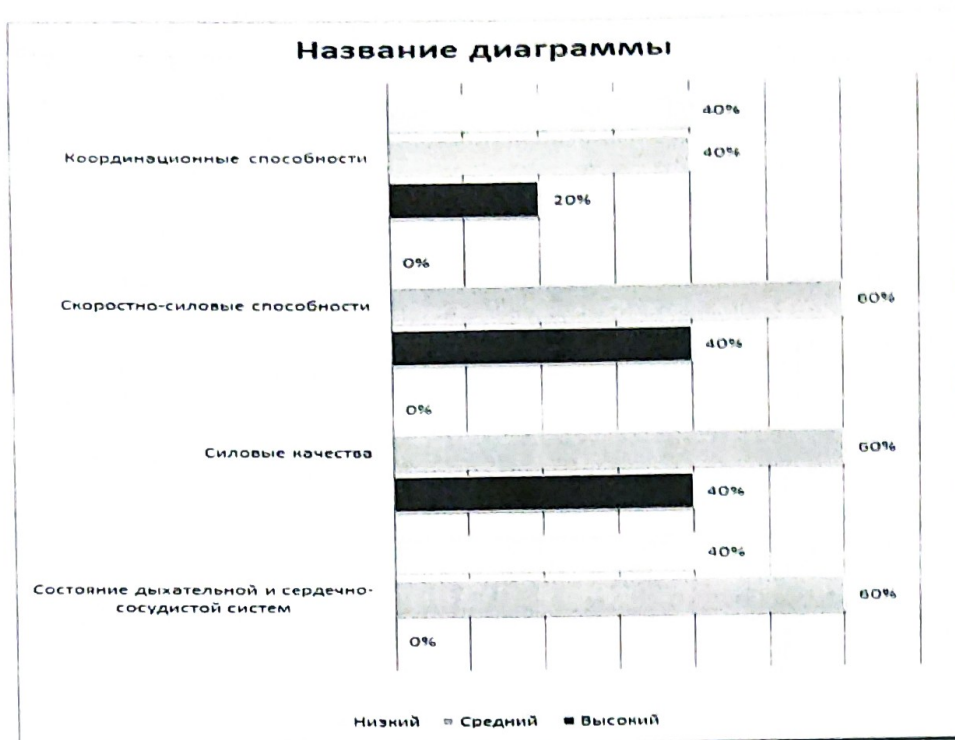


Рисунок 1 – Соотношение количества испытуемых относительно уровня физической подготовленности по видам испытаний (%)



Рисунок 2 – Соотношение количества испытуемых относительно уровня физического состояния по видам испытаний (%)

В заключении дадим комментарии к результатам педагогического тестирования .

На первом рисунке мы видим, что лучше всего развиты в Подтягивание из виса на высокой перекладине и Прыжок в длину с места, худший показатели Челночный бег 10Х3 и Проба Штанге. На втором рисунке видно, что все учащиеся развиты на среднем уровне.

Раздел 3. Участие в конференции с использованием онлайн-платформ

Целью выполнения данного задания является разработка тезисов по итогам прохождения практики и участие в конференции с использованием онлайн-платформ.

Задачи исследования:

- 1) Разработать тезисы по итогам практики.
- 2) Разработать иллюстративный материал по итогам практики.

3.1 Тезисы доклада по итогам практики

Мы разработали тезисы по итогам прохождения практики.

1. Конспекты учебно-тренировочных занятий.
2. Анализ документов
3. Организация учебно-тренировочного процесса
4. Характеристика образовательного учреждения.
5. Участие в конференции с использованием онлайн-платформ.

Доклад

по теме «Мониторинг физического состояния и физической подготовленности обучающихся с использованием цифровых инструментов»

План доклада:

1. Вступление
2. Характеристика каждого из разделов
3. Выводы

Содержание доклада:

В докладе мы описали выполненную работу по итогам практики, провели анализ каждого раздела, предоставили иллюстративный материал, а так же сделали выводы.

Самоанализ- Проведенная конференция была информативной и полезной. Сильной стороной конференции было качество представленных докладов и выступлений. Темы, обсуждаемые на конференции, были актуальными и интересными, что привлекло много участников. В целом, проведенная конференция была успешной и полезной, однако для улучшения опыта участников следует уделить больше внимания взаимодействию и включению аудитории в процесс обсуждения.

3.2 Иллюстративный материал по итогам практики

Мы подготовили иллюстративный материал, по итогам прохождения практики применив программу PowerPoint, скрины слайдов разместили в Приложение Г.

В презентацию мы включили слайды:

1. Тема: «Мониторинг физического состояния и физической подготовленности обучающихся с использованием цифровых инструментам»
2. Характеристика разделов практики
3. Выводы
4. Список литературы

Мы приняли участие в конференции по итогам прохождения практики с использованием онлайн-платформы –Google meet, <https://meet.google.com/hnp-knbp-wix>

Выводы

1. За время прохождения Производственной педагогической практики нам удалось провести несколько уроков в школе. Благодаря этому, мы получили ценный опыт в планировании и проведении уроков, а также взаимодействии с учениками.

2. Мы заметили, что наши уроки стали более структурированными и интересными для учащихся. Также, мы провели наблюдения за работой опытных педагогов. Это позволило нам изучить различные методики преподавания и подчеркнуть их сильные стороны.

3. Мы получили много полезных советов и рекомендаций от опытных коллег, что помогло нам развиваться как педагоги.

Список литературы

1. "Гимнастика для детей" - А. В. Коновалова

2. *"Основы спортивной гимнастики" - Е. В. Шапошникова*
3. *"Техника и методика спортивной гимнастики" - В. Г. Кузнецов*
4. *"Спортивная гимнастика: учебное пособие" - А. В. Коновалова, Е. В. Шапошникова*
5. *"Тренировка гимнастических элементов" - Н. В. Попова*
6. *"Развитие координации и гибкости в гимнастике" - О. А. Соколова*
7. *Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 09.11.2022 № 953*
"Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта
"спортивная гимнастика"

Приложение А

№	Ф.И.О. учащегося	Челночный бег 10Х3		Прыжок в длину с места		Подтягивание из виса на высокой перекладине		Проба Штанге		Средний УФП
		Показатель	УФП	Показатель	УФП	Показатель	УФП	Показатель	УФП	
1										
2										
3										
4										
5										
Средний показатель / Средний УФП										

Приложение Б

Тестируемая физическая способность (тест)	Уровни физической подготовленности					
	Низкий		Средний		Высокий	
	Колич.	%	Колич.	%	Колич.	%
Координационные способности (тест – челночный бег)						
Скоростно-силовые						

способности (тест – прыжок в длину с места)							
Силовые качества (тест - Подтягивание из виса на высокой перекладине)							
Состояние дыхательной и сердечно-сосудистой систем (тест – проба Штанге)							

Приложение В

Контингент испытуемых	Уровни физического состояния и физической подготовленности					
	Низкий		Средний		Высокий	
Мальчики 8–9 лет	Колич.	%	Колич.	%	Колич.	%
				1		

Приложение Г

Тема: «Мониторинг физического состояния и физической подготовленности обучающихся с использованием цифровых инструментов»

Выполнили:
Кудрявцев Потап
Михальченко Алексей
БПО-22-ФК1

Введение

Учебная технологическая практика является необходимой частью подготовки бакалавров направления «Педагогическое образование» и проводится с целью ознакомления студентов со структурой и содержанием деятельности образовательного учреждения и системой физического воспитания и компетенцией использования цифровых платформ, прикладного программного обеспечения и др. для решения задач планирования и организации педагогического процесса путём непосредственного участия в деятельности спортивной школы.

В рамках практики студенты провели учебно-тренировочные занятия по спортивной гимнастике. Они применили свои знания и навыки в области педагогики и физической подготовки, помогая обучающимся развивать координацию, гибкость, силу и выносливость.

Задачи раздела 1

1. Дать краткую характеристику образовательному учреждению, изложить структурные и содержательные особенности системы физического воспитания с использованием информационной (цифровой) среды;
2. Провести сравнительный анализ документов тематического планирования, которое позволило выделить предназначение документа, его структурные и содержательные особенности, применяемые в образовательных организациях.
3. Провести сравнительный анализ документов тематического планирования, применяемых в образовательных организациях с использованием информационной (цифровой) с

Для этого мы с помощью сайта образовательной организации дали характеристику образовательного учреждения МБУ ДО «СШ города Владивостока по гимнастике».

В рамках решения второй задачи нами была составлена таблица, где мы провели сравнительный анализ документов тематического планирования. Мы научились сравнивать два учреждения по разным критериям. Было достаточно сложно возникнуть, как это делать, но у нас всё получалось.

Далее в последней задаче мы составили примерный Тематический план по спортивной гимнастике для группы начальной подготовки в МБУ ДО «СШ города Владивостока по гимнастике», в котором представлены часы учебной технологической практики.

Задачи раздела 2

1. Разработать за период практики планы-конспекты учебно-тренировочных занятий, для занимающихся в прикрепленной группе, согласовать с тренером по виду спорта, утвердить конспекты занятий у руководителя по практике.
2. Провести мониторинг физического состояния и физической подготовленности (не менее 4 тестов) обучающихся с использованием цифровых инструментов и обработать результаты тестирования и определить уровень физического состояния и физической подготовленности используя прикладные программы (Excel и.д.) у мальчиков 9-13 лет МБУ ДО "СШ города Владивостока по гимнастике". Результаты занести в таблицы.

Для решения 1-й задачи, нами были разработаны планы-конспекты учебно-тренировочных занятий для занимающихся в УТТ, которые были утверждены у руководителя практики.

В рамках решения 2-й задачи, мы провели мониторинг физического состояния и физической подготовленности обучающихся с помощью 4х тестов: челночный бег, прыжок в длину с места, гарвардский степ-тест, проба штанге.

ТЕСТЫ

ТЕСТ: Прыжок в длину с места



ТЕСТ: Проба Штанге



ТЕСТ: Челночный бег 3x10



ТЕСТ: Гарвардский степ-тест



Задачи раздела 3

Этот раздел включает в себя совокупность итогов по этапам нашей практики и в нём содержатся основные цели и вопросы, которые были нами выполнены.

В этом разделе мы разработали тезисы и планы по итогам прохождения практики на тему «**Мониторинг физического состояния и физической подготовленности обучающихся с использованием цифровых инструментов**», который включает содержание доклада и его самоанализ, который будет представлен на онлайн конференции платформы **GOOGLE MEET**.

Выводы

- В разделе 1 были поставлены 2 задачи, каждая из которых была решена проведением краткой характеристики образовательного учреждения, а также были описаны структурные и содержательные особенности системы физического воспитания с использованием информационной среды. А также проведением сравнительного анализа документов тематического планирования в двух организациях. Анализ позволил выделить особенности учреждений, их структурные и содержательные особенности документации с использованием информационной (цифровой) среды.
- В разделе 2 так же были поставлены две основные задачи. Таким образом, данный раздел исследования позволит разработать учебные планы и провести мониторинг физической подготовленности обучающихся, что является важными шагами для эффективной тренировки в спортивной гимнастике.
- В разделе 3 участие в конференции с использованием онлайн-платформ является важным шагом в процессе профессионального развития и позволяет эффективно представить свою работу, получить обратную связь и участвовать в обмене опытом.

Список использованной литературы

- Типовая программа // - Текст: электронный
// типовая_программа_спортивной_подготовки_по_виду_спорта_спортивная гимнастика
: [сайт]. URL: типовая_программа_спортивной_подготовки
спорт_гимн_приказ_113_2020_01_07
- Федеральный стандарт. – Текст: электронный // Федеральный стандарт спортивной
подготовки по виду спорта «Спортивная гимнастика» : [сайт]. URL:
Фед_стандарт_спорт_гимн_приказ_397_2021_01_06.pdf
- Методическое пособие. – Текст: электронный // Типовая программа спортивной подготовки
по виду спорта «Спортивная гимнастика» : [сайт]. URL:
типовая_программа_спортивной_подготовки_по_виду_спорта_спортивная.pdf
- <http://start.pupils.ru/sveden/education/>