

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

ОТЧЕТ
ПО УЧЕБНОЙ ОЗНАКОМИТЕЛЬНОЙ ПРАКТИКЕ

Студент:
гр.БПО-21-ФК1



подпись

Д.И. Фурсанов
Ф.И.О.

Руководитель практики
к.п.н., доцент



подпись

Ю.Э. Гудков
Ф.И.О.

Руководитель практики от предприятия:
.АПОО «ДВЦНО»
Директор Академического колледжа



подпись

Л.А. Смагина

ЗАДАНИЕ

на учебную ознакомительную практику

Студент Фурсанов Д.И.

Срок прохождения практики: 06.02.2023 - 20.05.2023 (приказ № 637-с от 01.02.2023) Содержание практики:

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

Задание 2. Разработать документы планирования учебно-воспитательного процесса по физической культуре для начальной школы.

Задание 3. Провести уроки по физической культуре в качестве помощника учителя в начальной школе и анализ урока по физической культуре.

Задание 4. Провести диагностику сформированности универсальных учебных действий (УУД) и уровня физической подготовленности (УФП) учащихся начальной школы.

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: 06.02.2023

Руководитель практики
к.п.н., доцент



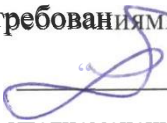
Ю.Э.Гудков
Ф.ИО

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

КОНТРОЛЬНЫЙ ЛИСТ
прохождения инструктажа по охране труда и пожарной безопасности

Студент Фурсанов Д.И.
Группы БПО-21-ФК1

Кафедра физкультурно-оздоровительной и спортивной работы
Руководитель практики к.п.н., доцент, Ю.Э. Гудков

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

Фурсанов Д.И.
Ф.И.О. (студента)

В период с 06 февраля по 23 мая 2023 года в соответствии с графиком учебного процесса я проходил (а) учебную ознакомительную 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: Фурсанов Д.И.

Группа: БПО-21-ФК1

Сроки прохождения практики: 06.02.2023 - 20.05.2023

Тема индивидуального задания на практику: «Разработка дополнительных документов планирования учебно-воспитательного процесса по физической культуре для начальной школы.


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 Академическом колледже	Кафедра Физкультурно-оздоровительной и спортивной работы	06.02.2023	2	отсутствуют
Инструктаж по технике безопасности	Кафедра Физкультурно-оздоровительной и спортивной работы	06.02.2023	2	отсутствуют
Участие в работе Академического колледжа	Ознакомится с деятельностью Академического колледжа: изучение официального сайта. Подбор источников информации по теме индивидуального задания. Формирование списка литературы	06.02.2023 20.05.2023	6	отсутствуют+
	Разработать документы планирования учебно-воспитательного процесса по физической культуре для начальной школы.		18	отсутствуют
	Провести уроки по физической культуре в начальной школе (1-4 классы) и анализ урока по физической культуре.		20	отсутствуют
	Провести диагностику сформированности универсальных учебных действий (УУД) и уровня		14	отсутствуют

	физической подготовленности (УФП) учащихся начальной школы.			
Оформление отчётных документов практики в печатном и электронном виде, представление на защиту в соответствии с требованиями и установленным графиком практики сроками	Загрузить отчет в СТЭД ВГУЭС	06.02.2023 20.05.2023	10	отсутствуют
Итого:			72	


Дата выдачи задания на практику 06.02.2023

Срок сдачи студентом сотового отчета 20.05.2023

Руководитель практики
к.п.н., доцент


_____ Ю.Э. Гудков
подпись Ф.И.О.

Задание принял(а)


_____ Д.И. Фурсанов
подпись 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 ознакомительной практике студена группы БПО-21-ФК1 Фурсанова Д.И., направления подготовки 44.03.01 Педагогическое образование по профилю Физическая культура.

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

В данном Отчете представлены результаты выполнения следующих заданий:

- знакомство с образовательным учреждением, образовательной и предметной средой, правовыми и этическими нормами профессиональной деятельности педагогов, системой физического воспитания в образовательном учреждении;
- изучение и анализ ключевых аспектов ФГОС, Примерной основной образовательной программой образовательного учреждения и Рабочей программой предмета «Физическая культура»;
- разработка базовых компонентов планирования и учета учебно- воспитательного процесса по физической культуре.

Очевидно, что студент сделал попытку справиться с решением поставленных задач по учебной практике, однако предоставленный отчет не в полной мере соответствует требуемому объему и содержанию, в текст допущены редакционные погрешности и нарушены требования к форматированию.

Результат прохождения учебной практики студентом соответствует оценке — «Удовлетворительно».

Руководитель практики



/ Гудков Ю.Э. /

Содержание

Введение	8
Раздел 1 Характеристика образовательного учреждения и системы физического воспитания в АНПОО «ДВЦНО» АК	10
Раздел 2 Характеристика нормативно-правовой и методической документации образовательного процесса в АНПОО «ДВЦНО» АК.....	21
Раздел 3 Разработка документов планирования учебно-воспитательного процесса по физической культуре в АНПОО «ДВЦНО» АК.....	30
Раздел 4 Теоретическое обобщение, систематизация и анализ актуальных педагогических технологий, направленных на формирование потребности в здоровом образе жизни	47
Выводы.....	51
Список литературы.....	52
Приложения А	53

Введение

Учебная 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 в частности.

В соответствии с целью, решаются следующие **задачи**:

- формирование знаний и представлений о нормативно-правовом обеспечении и регулировании деятельности функционирования учреждения;
- формирование знаний и представлений о предметно-пространственной среде (в частности изучение и анализ состояния спортивной базы и инвентаря) учреждения;
- формирование умений фиксировать, анализировать и давать оценку компонентам учебно-воспитательного процесса по физическому воспитанию и физической культуре в образовательном учреждении;
- формирование умений обобщать, систематизировать и анализировать актуальные педагогические технологии и условия их применения.

Учебная ознакомительная практика является необходимым условием и фактором осмысления студентом важности и значения получаемых общих профессиональных компетенций и является связующим звеном между теоретическими знаниями, полученными на дисциплинах учебного плана и практической деятельностью по внедрению этих знаний в профессиональную деятельность на данном этапе формирования компетенции.

Итоговым документом, позволяющим квалифицировать качество и объем учебно-ознакомительной работы, является «Отчет по учебной ознакомительной практике». В данном Отчете представлены результаты **деятельности практиканта и учет его учебной работы** в образовательном учреждении:

- **организационная деятельность**: разработка индивидуального плана работы на период практики;
- **ознакомительная деятельность**: знакомство с образовательным учреждением "Дальневосточный центр непрерывного образования" Академический колледж (АНПО «ДВЦНО» АК), Г. Владивостока.
- **профессионально-познавательная деятельность**: изучение и анализ ключевых аспектов ФГОС, Примерной основной образовательной программы образовательного учреждения и Рабочей программы предмета «Физическая культура» в АНПО «ДВЦНО» АК

- **профессионально-методическая деятельность:** разработка базовых компонентов планирования и учета учебно-воспитательного процесса по физической культуре АНПОО «ДВЦНО» АК.

В Отчете представлены, так же, результаты Задания по теоретическому анализу и обобщению педагогического опыта актуальных педагогических технологий, а также условий их применения: по теме: «Формирование потребности в здоровом образе жизни средствами физической рекреации». **Актуальность** выбранной темы заключается в том, что в современном мире тема здорового образа жизни очень популярна среди населения и возникает она из-за ряда проблем, связанных со здоровьем. Тенденции развития информационного общества расширяют свои границы, наряду с низкой физической активностью, вниманием и самочувствием. Из-за этого возникает популяризация частой заболеваемости, снижения энергии и плохого настроения у школьников с самого детства. Возникает необходимость в физической активности и рекреационным потребностям.

Раздел 1 Характеристика образовательного учреждения и системы физического воспитания в АНПОО «ДВЦНО» АК

Цель исследования: дать общую характеристику образовательному учреждению и определить организационно-методические особенности системы физического воспитания в АНПОО «ДВЦНО» АК

Задачи исследования:

1) познакомиться с образовательными учреждениями в форме экскурсии и провести интервьюирование учителей по физической культуре на предмет структуры и содержания урочной и внеурочной деятельности по физической культуре в исследуемых образовательных учреждениях;

2) дать краткую характеристику образовательному учреждению, изложить структурные и содержательные особенности системы физического воспитания;

3) составить сравнительную таблицу наличия (отсутствия) организационно-методических и предметных компонентов обеспечения учебно-воспитательного процесса по физическому воспитанию;

4) сформулировать положительные стороны системы физического воспитания в учреждении и критические (проблемные) аспекты системы физического воспитания в данном учреждении;

5) предоставить фотоотчет по материалам экскурсии (приложение А);

Решение первой задачи мы начали с посещения спортивного зала «Дальневосточный центр непрерывного образования» Академический колледж (ранее мы договорились с преподавателем о нашем посещении). Побывали на уроке по физической культуре. Познакомились с учениками, преподавателем и инвентарём, которым пользуются учащиеся на занятии. Преподаватель ознакомил нас со спортивными достижениями колледжа.

Далее, в рамках решения второй задачи, дадим краткую сравнительную характеристику образовательным учреждениям и определим структурные и содержательные особенности системы физического воспитания (Таблица 1).

Таблица 1 – Характеристика образовательного учреждения АНПОО «ДВЦНО» АК

		Международная лингвистическая школа	Академический колледж	МБОУ СОШ № 82	МБОУ СОШ № 19
1. Общие сведения					
1)	Адрес	690106, г. Владивосток, Партизанский пр-т, 44, корп. 4	690014, Приморский край, г. Владивосток, ул. Гоголя, 41	г. Владивосток, Адмирала Горшкова, дом 26	г. Владивосток, ул. Постышева, 37
2)	Административный статус	Автономной некоммерческой профессиональной образовательной организации Дальневосточный центр непрерывного образования.	Академический колледж Автономной некоммерческой профессиональной образовательной организации "Дальневосточный центр непрерывного образования"	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №82 г. Владивостока»	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «СОШ №19.г Владивостока»
3)	Руководители образовательного учреждения	Шевченко Ольга Станиславовна (директор школы) Артеменко Марина Никитична (заместитель директора)	Директор Академического колледжа АНПОО "ДВЦНО" Смагина Людмила Александровна	Николаева О.В – директор;	Клещ Лариса Васильевна
4)	Количество обучающихся	500	415 человек	1965	697

5)	Педагогический состав (мужчин, женщин, средний возраст, квалификация педагогов	112 педагогов Мужчин-30 педагогов Женщин-82 педагога Средний возраст-35-40 лет Классификация- высшее образование, кандидаты наук, магистры наук, учителя первой категории, среднее профессиональное	39 женщин, 2 мужчин, средний возраст 40 лет Учителя 1 категории – 10, учителя высшей категории – 13, Высшая, Отличник народного просвещения – 3, Высшая, Почетная грамота Минобразования РФ – 4, Высшая, Почетный работник общего образования РФ - 1, кандидат	94 педагогов Мужчин – 10 Женщин – 84 СВ – 45 Квал.пед. – высшая, первая, соответствующая квалификация Дипломированные специалисты.	Мужчин – 0 Женщин – 28 Ср. возраст – 44,3 года Кв. педагогов – первая, высшая
----	--	---	--	--	---

		образование.	педагогических наук – 1, Высшая, магистр педагогики, Почетная грамота МО РФ Мастер педагогического труда – 1, 2 категория - 1		
6)	Средняя наполняемость классов	25-30 человек	20 человек	30	25 человек
7)	Общие сведения о занятости учащихся	Занятость учащихся в Международной лингвистической школе делится на урочную и внеурочную. В урочное время дети изучают основные предметы. Во внеурочное время дети занимаются творческой и спортивной деятельностью.	Занятость учащихся в Академическом колледже делится на урочную и внеурочную. В урочное время дети изучают основные предметы. Во внеурочное время дети занимаются творческой и спортивной деятельностью.	После посещения уроков, ученики 1-4 классов, мальчики и девочки, отправляются в отдельную большую аудиторию, где могут заниматься самоподготовкой (выполнения домашнего задания), либо подготовкой плакатов к предстоящему мероприятию. Также, ученики 10-11 классов, в основном мальчики, посещают секции футбола, борьбы. Также, в школе есть секции волейбола, баскетбола, в которые могут	Секции: 1.Тхэквондо (3 возрастные гр) –пн, ср, пт. 2.Волейбол – чт,сб. 3.Танцы (традиционные) 4.Футбол – пн, ср, пт. Кружки: 1.Феерия- пн, ср,пт. 2.Волшебный мир оригами- пн, вт, ср, чт.

				записаться ученики любого возраста.	
2. Общая организация учебного процесса					
1)	Общая учебная нагрузка	20 часов	24 часа в неделю	30 часов	Для первокласснико вучебная нагрузкане может превышать 21 час, 23 часа для учащихся 2-4 классов, 29 часов для пятикласснико в, 30 часов для шестиклассник ов, 32 часа для семикласснико в, 33 часа для учащихся 8-9 классов и 34 часа для учащихся 10- 11 классов.
2)	Основной формой учебно- воспита- тельного процесса (УВР)	Очная	Очная и дистан ционн ая	– точно установленну ю продолжительность – в каждой школе имеется твердое расписание уроков; – на каждом уроке присутствуют учащиеся одного класса примерно одного возраста и состава; – учитель осуществляет четкое планирование урока для решения	Урок является основной формой организации учебной работы в школе, это часть педагогическог о процесса. Каждый урок является этапом в формировании знаний, умений, навыков, в развитии положительны х качеств у учащихся.

				образовательных задач; – на уроке применяются различные методы и средства обучения, использование которых зависит от поставленных дидактических задач.	
3)	Содержание учебно-воспитательного процесса в школе	Демократизация учебно-воспитательного процесса. Существует демократизация управления школой и взаимоотношений учительского и ученического коллективов. В школе присутствует Совет учеников школы, он осуществляет такие цели как: 1. помощь учителям и ученикам 2. создание новых проектов 3. организация и проведение как школьных, так и внешкольных мероприятий 4. поддержание дисциплины в школе.	Обусловлено целями, задачами и интересами учебно-воспитательного процесса и основывается на общечеловеческих ценностях, на сущностной природе человека. Включает в себя следующие основные направления: интеллектуальное, нравственное, трудовое, физическое, эстетическое, гражданское, патриотическое, экологическое, экономическое и другие. Эти направления обеспечивают социальную успешность, развитие творческих, физических способностей, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и т.д.	-четкое планирование урока; -компоненты учебно-воспитательного процесса.	Планирование уроков; Компоненты учебно-воспитательного процесса (цели, задачи, интересы).
4)	Наименование и краткая характеристика	После 9 класса выбирается профильное образование по	«Начальная школа 21 вв. под редакцией Виноградова»	Профильные предметы: (старшие классы)	Социально-экономический профиль (Обществознание, право,

	профильных программ обучения	таким направлениям как: 1. Гуманитарные 2. Социально-экономические 3. Естественно-научному 4. Технологическому 5. Универсальное (для обучающихся по сетевой форме)		Химия и биология Физика и математика	математика, экономика)
3. Общая организация воспитательного процесса					
1)	Перечень основных и дополнительных программ воспитательного процесса	1) Гражданское воспитание — формирование российской гражданской идентичности, принадлежности к общности граждан Российской Федерации; 2) Патриотическое воспитание — воспитание любви к родному краю, Родине; Духовно-нравственное воспитание — воспитание на основе духовно-нравственной культуры; 3) Эстетическое воспитание — формирование эстетической культуры; Трудовое воспитание — воспитание уважения к труду, трудящимся, результатам труда (своего и других людей), ориентация на трудовую деятельность;	1) Программа патриотического воспитания — воспитание любви к родному краю. 2) Программа ценности научного познания — воспитание стремления к познанию себя и других людей, природы и общества, к получению знаний, качественного образования с учётом личностных интересов и общественных потребностей. 3) Физическое воспитание, формирование культуры здорового образа жизни и эмоционального благополучия — развитие физических способностей с учётом возможностей и состояния здоровья учащихся.	1. Программа гражданско-патриотического воспитания «Я живу в России» - цель данной программы формирование гражданского отношения к своей семье и себе. 2. Программа «Юный патриот» - цель данной программы формирование гражданского отношения к Отечеству. 3. Программа «Здоровый образ жизни» - цель данной программы формирование и приучение молодого поколения к здоровому образу жизни.	1. Программа Гражданско-патриотического воспитания направлена на формирование патриотизма, любви к Родине и окружающим людям; 2. Программа духовно-нравственного воспитания направлена на формирование жизненных ценностей у детей; 3. Программа трудового воспитания формирует у детей трудолюбие и стремление обучаться труду, а также бережное отношение к любому труду; 4. Программа воспитания экологической культуры, культуры здорового и

		4) Экологическое воспитание — формирование экологической культуры, ответственного, бережного отношения к природе, окружающей среде; 5) Физическое воспитание, формирование культуры здорового образа жизни.		Данные программы рассчитаны на учеников с 1 по 11 классы.	безопасного образа жизни; 5.Программа эстетического воспитания формирует творческую, активную личность, способную воспринимать и оценивать прекрасное в природе, труде ит.д. 6.Программа Профилактики безнадзорности и правонарушений, социально-опасных явлений.
2)	Содержание внеурочных форм деятельности учащихся и организация досуга	Художественная студия Творческая мастерская Вокальная студия Инструментальная студия Спортивные секции Театральная студия Студия «Мода и стиль» Студия «Боярушка»	1 Самоподготовка (выполнение домашнего задания) 2. Творческая студия (живопись, рисования, моделирование) 3. Сенсорное восприятие мира 4. Академия танцевального движения 5. «Собери автомобиль» (технический дизайн и художественное проектирование) 6. «Учимся правильно говорить». Основы этикета 8. Прогулка 9. Французский язык 10. Занятия в «Цирковой студии»	«Разговоры о важном» Пение Танцы Борьба Спортивные игры	Самоподготовка, танцы, футбол, волейбол, тхэквандо, феерия, волшебный мир оригами, легкая атлетика, настольный теннис, баскетбол.
4. Организация учебно-воспитательного процесса по физической культуре					
1)	Система физического воспитания	1. Уроки 2. Внеурочные занятия 3. Соревнования	1.Уроки 2.Внеурочная деятельность 3.Тренировки 4.Соревнования	1.уроки 2.тренировки 3.соревнования	1.Уроки 2.Тренировки 3.Соревнования

	ния в школе				
2)	Основная форма физического воспитания в школе	Уроки физической культуры, вводная гимнастика, физкультурные паузы и минуты, подвижные перемены, спортивные секции, праздники, соревнования, спартакиады.	Физкультурные занятия.	уроки физической культуры, утренняя гимнастика, физкультминутки, организованное проведение перемен, внеклассная и внешкольная работа.	Уроки по физической культуре, внеклассная работа.
3)	Перечень основных документов планирования уроков по физической культуре	Тематическое планирование, рабочая программа, учебный план, план конспект, расписание занятий.	Учебный план, учебная программа, план-график учебного процесса, тематический план, расписание занятий, план-конспект занятий	1. рабочая программа 2. календарно-тематическое планирование 3. конспект урока 4. технологическая карта урока 5. журнал с указанием групп здоровья	Рабочая программа по ФК; Календарно-тематическое планирование; Конспект урока; Технологическая карта урока; Журнал с указанием групп здоровья.
4)	Основные формы общешкольной физкультурно-оздоровительной деятельности	День здоровья, Веселые старты, Соревнования по лёгкой атлетике, Соревнования по туризму	Веселые старты, спортивный праздник, спартакиады, спортивные соревнования.	Оздоровительные мероприятия Активный отдых в выходные дни Спортивные соревнования Занятия в спортивных секциях	Спортивные соревнования, оздоровительные мероприятия, спортивные секции, активный отдых в выходные дни.

В результате решения **третьей задачи** нами была составлена таблица, где перечислены основные организационно-методические и предметные компоненты обеспечения процесса физического воспитания учащихся АНПОО «ДВЦНО» АК (Таблица 2).

Таблица 2 – Сравнительная таблица организационно-методических и предметных компонентов обеспечения Учебно-воспитательного процесса по физическому воспитанию учащихся 3 класса в АНПОО «ДВЦНО» АК

Наименование компонента	Конкретизация компонента в образовательном учреждении
Организационные компоненты	
Расписание уроков по физической культуре	Расписание занятий по физической культуре в 3А классе: Вторник – 10:30-11:10 Пятница – 9:45-10:25
Расписание внеурочных занятий по физической культуре	Творческая студия: Среда – 15:00-16:00
Информационные стенды	Расположены в зоне фойе на 2 этаже. Содержание: расписание занятий, правила безопасности, информация для родителей, текст гимна РФ. Также есть стенды с различными фотографиями с различных мероприятий в ОУ
Методические компоненты	
Общий план физкультурно-оздоровительной и спортивной работы школы	План спортивно – массовой и физкультурно-оздоровительной работы. Проведение бесед с занимающимися о значении физической культуры в их жизни, организация различных форм спортивной жизни среди учащихся школы, пропаганда ЗОЖ и всероссийского комплекса ГТО
Рабочая программа учебной дисциплины	Физическое воспитание и физическое совершенствование. Спорт и гимнастические виды спорта. Ознакомление с видами спорта (на выбор) и правилами проведения соревнований по виду спорта (на выбор). Освоение методов подбора упражнений для физического совершенствования и эффективного развития физических качеств по индивидуальной образовательной траектории, в том числе для утренней гимнастики, увеличения эффективности развития гибкости, координации. Самостоятельное проведение разминки по её видам. Туристическая игровая и спортивная игровая деятельность. Обеспечение индивидуального и коллективного творчества по созданию эстафет, игровых заданий, флешмоба. Владение техникой выполнения простейших форм борьбы. Игровые задания в рамках освоения упражнений единоборства и самообороны.
Тематическое планирование уроков по физической культуре	<ol style="list-style-type: none"> 1. Подвижные игры. Элементы спортивных игр. 2. Гимнастика с элементами акробатики. 3. Лёгкая атлетика. 4. Лыжная подготовка
План-конспекты	Разработаны в соответствии с новыми Федеральными государственными образовательными стандартами (ФГОС) Планы-конспекты по ФК для 3 класса.
Методическое обеспечение (обучающие программы, карточки-задания, игровые карточки, методички и т.п.)	Игровые карточки: «Совушка», «Горелки»... Карточки задания: «Знакомство с баскетболом», «Осонка»...

Учебники по ФК для учащихся	Программа не предусматривает дополнительную литературу для учащихся 1-4 классов.
Предметные компоненты	
Спортивный зал	Спортивный зал - 2 шт., общей площадью 981,6 кв.
Дополнительные объекты (открытая спортивная площадка (бассейн, тренажерный зал, тир и т.п.)	Отсутствуют
Крупный инвентарь (гимнастический скамейки и стенки, бревно, канаты маты и т.п.)	Гимнастические скамейки – 10 шт. Шведская стенка – 24 шт. Маты гимнастические – 60 шт. Турники – 10 шт.
Раздаточный инвентарь (мячи, скакалки, обручи и т.п)	Мяч волейбольный -40 шт. Мяч баскетбольный -40 шт. Мяч с утяжелением -20 шт. Скакалки – 20 шт. Гантели – 40 шт. Гимнастические палки – 30 шт.
Организационный инвентарь (средства зонирования, стойки, флажки, указатели, секундомеры,	Волейбольные стойки. Баскетбольные стойки. Секундомеры.
Аудио и киноаппаратура	Колонки
Цифровые девайсы	Проектор
Прочее	Отсутствуют

В рамках **четвертой задачи** нами было составлено эссе на тему «Особенности физкультурно-спортивной среды (ФСС) образовательного учреждения АНПОО «ДВЦНО» АК»

Воспитание учащихся к здоровому образу жизни является неотъемлемой задачей преподавателя, и она не может иметь положительный результат без создания физкультурно-спортивной среды.

В современном мире мы часто наблюдаем за тем, как растёт наше поколение и зачастую информация преобладает над жизнью и создаёт свои рамки. Из-за создания глобальных интернет-сетей у детей снижаем двигательная активность и появляется большой риск чаще болеть.

Физическая культура укрепляет не только физическое состояние, но и духовную жизни, повышает стрессоустойчивость и внимание. Для использования таких средств нам необходимо иметь высоко компетентных преподавателей, которые умеют влиять на организм ребёнка и правильно составлять план нагрузки.

Мы думаем, что сильными сторонами ФСС в данном образовательном учреждении является: закаливание организма, укрепление здоровья и заинтересованность преподавателей в образовывании детей.

Также мы считаем, что спортивный зал нуждается в обновлении инвентаря (мячи, гантели, маты)

Если бы мне довелось работать учителем физической культуры в этом учреждении я бы прежде всего пыталась чтобы дети были дружные и сплочённые, а также старалась бы делать занятия разного формата чтобы им было интересно. Мне бы хотелось, чтобы мы выезжали чаще на природу или занимались на улице, играли в различные игры.

Для решения **пятой задачи** мы произвели фотосъемку следующих объектов и процессов:

- общий вид школы с фасада (если он есть), и/или основная вывеска учреждения;
- центральный холл, учительская, места общих собраний коллектива и т.п.;
- эксклюзивные объекты школы (красные уголки, игровые, музеи, студии и т.п.);
- спортивные объекты;
- фотографии учащихся во время учебно-воспитательного процесса по физической культуре.

Все фотоматериалы представлены в Приложении А.

Раздел 2 Характеристика нормативно-правовой и методической документации образовательного процесса в АНПОО «ДВЦНО» АК

Целью выполнения данного задания является изучение и анализ ключевых аспектов Федерального образовательного стандарта (ФГОС), Примерной основной образовательной программы образовательного учреждения (ПООП) и Рабочей программы учебного предмета «Физическая культура» (РПД) в «АНПОО «ДВЦНО» АК»

Задачи исследования:

- 1) ознакомиться с перечнем и общим содержанием нормативной документации, регламентирующей деятельность учителя физической культуры;
- 2) сформировать представление о структуре и содержании Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (ФГОС);
- 3) сформировать представление о структуре и содержании Рабочей программы по физической культуре для 1-4 классов начального общего образования;

Для решения задач второго раздела мы обратились к следующим, нижеперечисленным источникам [1-3].

1. Нормативные документы, регламентирующие деятельность учителя физической культуры /[Электронный ресурс] // Инфоурок : [сайт]. — URL: <https://infourok.ru/statuya-normativnye-dokumenty-reglamentiruyushie-deyatelnost-uchitelya-fizicheskoy-kultury-4227000.html> (дата обращения: 14.05.2023).
2. Документация для учителя физической культуры /[Электронный ресурс] // Мультиурок : [сайт]. — URL: <https://multiurok.ru/files/dokumentatsiia-dlia-uchitelia-fizicheskoi-kultury.html> (дата обращения: 14.05.2023).
3. Федеральные государственные образовательные стандарты /[Электронный ресурс] // ФГОС : [сайт]. — URL: <https://fgos.ru/> (дата обращения: 14.05.2023).

В рамках решения **первой задачи** в Таблице 3 мы перечисляем основные нормативные документы, регламентирующие деятельность учителя физической культуры, а та же даем перечень ключевых должностных обязанностей и инструкций (Таблица 4)

Таблица 3 – Перечень и краткая характеристика нормативно-правовой документации, регламентирующей деятельность учителя физической культуры

№	Название документа	Содержательная основа документа
1	Федеральный Закон № 273 «Об образовании в Российской Федерации»	Данный федеральный закон положения о системе образования Российской Федерации, об общем, профессиональном и дополнительно образовании,

		о профессиональном обучении, об основании возникновения, изменения и прекращения образовательных, об экономической деятельности и финансовом обеспечении в сфере образования, а также международном сотрудничестве.
2	Профессиональный стандарт педагога	Перечень требований, определяющих квалификацию учителя, необходимую для качественного выполнения возложенных на него обязанностей.
3	Федеральные государственные образовательные стандарты начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования	Совокупность обязательных требований к образованию определённого уровня и к профессии, специальности и направлению подготовки, утверждённых федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно – правовому регулированию в сфере образования.
4	Квалификационные характеристики должностей работников образования	Регулирование трудовых отношений, обеспечением эффективной системы управления персоналом (должностные обязанности, должен знать, требования к квалификации)
5	Должностная инструкция учителя по физической культуре.	В инструкции изложены обязанности, права и ответственность учителя физической культуры.
6	Нормативно – правовые документы, регламентирующие безопасность занятий физической культурой и спортом	В предлагаемый раздел включены извлечения и выдержки из основных нормативно – правовых документов, актов, инструкций государственных органов, регламентирующих Деятельность руководителей, специалистов и работников, отвечающих за безопасность занятий физической культурой и спортом в образовательном учреждении.
7	Конституция Российской Федерации	Документ обладает высшей юридической силой, закрепляющей основы конституционного строя России, государственное устройство, образование представительных органов власти и систему местного самоуправления, права и свободы человека и гражданина, а также конституционные поправки и процедуры пересмотра Конституции

Таблица 4 – Перечень должностных обязанностей учителя физической культуры

Должностные обязанности учителя физической культуры	
1	Проведение учебных занятий
2	Разработка рабочей программы по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечение ее выполнения
3	Оценка эффективности и результатов обучения обучающихся по предмету
4	Осуществление контрольно – оценочной деятельности
5	Осуществление связи с родителями (лицами, их заменяющими)
Учитель физической культуры обязан знать	
1	Приоритетные направления развития образовательной системы Российской Федерации
2	Конвенцию о правах ребёнка
3	Педагогическую, психологию, возрастную физиологию
4	Методику преподавания предмета
5	Методику воспитательной работы

6	Средства обучения и их дидактические возможности
7	Технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения
8	Основы работы с текстовым редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами, мультимедийным оборудованием
9	Правила по охране труда и пожарной безопасности
Должностные инструкции учителя физической культуры	
1	Общие положения
2	Должностные обязанности
3	Права
4	Ответственность
5	Взаимоотношения. Связи по должности

Для решения **второй задачи** нами было проведено знакомство с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования (ФГОС), которое позволило выделить предназначение документа, его структурные и содержательные особенности (Таблица 5).

Таблица 5 – Структура и основное содержание ФГОСа

№ пункта ФГОС	Вопрос	Ответ
I Общие положения		
1.	Что из себя представляет ФГОС	ФГОС представляет собой совокупность требований обязательных при реализации основной образовательной программы начального общего образования образовательными учреждениями, имеющими государственную аккредитацию
	Перечислите основные требования к образовательным программам	Стандарт включает в себя требования: к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования к структуре основной образовательной программы начального общего образования, в том числе требования к соотношению частей основной образовательной программы и части, формируемой участниками образовательной программы и части, формируемой участниками образовательного процесса к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования, в том числе кадровым, финансовым, материально – техническим и иным условиям
6.	Сформулируйте «своими словами» на что направлен стандарт	Стандарт направлен на получение основного общего образования гражданами Российской Федерации
7	Что лежит в основе стандарта	Системно – деятельностный подход. Переход к стратегии социального проектирования. Становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся. Духовно – нравственное развитие.

	Что является основным результатом образования	Ориентацию на результаты образования как системообразующий компонент Стандарта, где развитие личности обучающегося на основе универсальных учебных действий, познания и освоения мира составляет цель и основной результат образования
8	Перечислите три основные личностные характеристики ученика («портрет выпускника начальной школы») которые, по Вашему мнению, являются самыми ключевыми	1 –Уважающий и принимающий ценности семьи и общества 2 – Владеющий основами умения учиться, способный к организации собственной деятельности 3 – Доброжелательный, умеющий слушать и слышать собеседника, обосновывать свою позицию, высказывать своё мнение
II. Требования к результатам освоения ООП НОО		
9	Перечислите результаты образования	Личностный результат Метапредметный результат Предметный результат
10	Перечислите пять позиций, которые, по Вашему мнению, отражают наиболее значимые стороны Личностных результатов освоения образовательной программы	1 – Формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину 2 – Формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир 3 – Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире 4 – формирование эстетических потребностей, ценностей чувств 5 – Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
11	Перечислите пять позиций, которые, по Вашему мнению, отражают наиболее значимые стороны Метапредметные результаты освоения образовательной программы	1 – Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления 2 – Активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий для решения коммуникативных и познавательных задач 3 – Готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон сотрудничества. 4 – Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами 5 – Умение работать в материальной и информационной среде начального общего образования (в том числе с учебными моделями) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета
12.7	Перечислите три позиции, которые, отражают Предметные результаты освоения образовательной программы по Физической культуре	1 – Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры 2 – Овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность 3 – Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием

13	Что является «предметом оценки» освоения обучающимися основной образовательной программы начального общего образования	Предметом итоговой оценки освоения обучающимися основной образовательной программы начального общего образования должно быть достижение предметных и метапредметных результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования, необходимых для продолжения образования.
	Перечислите «две составляющие» итоговой оценке обучающегося	В итоговой оценке должны быть выделены две составляющие: Результаты промежуточной аттестации Результаты итоговых работ.
III. Требования к структуре основной образовательной программы начального общего образования		
14	Сформулируйте «своими словами» на что направлена Основная образовательная программа начального общего образования (ООП)	Основная образовательная программа начального общего образования направлена на формирование общих знаний различных сфер жизни, а также на самосовершенствование
15	Сколько процентов времени отводится на реализацию частей ООП	Обязательная часть основной образовательной программы начального общего образования составляет 80 %, а часть, формируемая участниками образовательного процесса, - 20 % от общего объёма основной образовательной программы начального общего образования
16	Из каких разделов состоит ООП	Пояснительная записка Планируемые результаты Учебный план Программа формирования универсальных учебных действий Программа отдельных учебных предметов, курсов Программа духовно – нравственного развития Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни Программа коррекционной работы Система оценки достижения
19.3	Сформулируйте (по пунктам, в столбик) какую основную задачу решает предметная область «физическая культура»	Формирование здорового образа жизни Всестороннее и гармоничное развитие личности Формирование физической культуры личности. Укрепление здоровья
	По каким направлениям развития личности организуется <i>Внеурочная деятельность</i>	Внеурочная деятельность организуется по направлениям развития личности (спортивно – оздоровительное, духовно - нравственное, социальное, общеинтеллектуальное, общекультурное).
19.5 – 19.8	Перечислите название программ ООП	Программа формирования универсальных учебных действий у обучающихся на ступени начального общего образования

		Программа отдельных учебных предметов, курсов Программа духовно – нравственного развития, воспитания обучающихся на ступени начального общего образования Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни Программа коррекционной работы
19.9 (4)	Какие две оценки предусмотрены стандартом как итоговые	Предусматривать оценку достижений обучающихся (итоговая оценка обучающихся, освоивших образовательную программу начального общего образования) и оценку эффективности деятельности образовательного учреждения.
IV. Требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования		
20-27	Перечислите требования к условиям реализации ООП (пять позиций)	1 — Кадровые 2 – Финансовые 3 – Материально - технические 4 – Информационно - образовательные 5 – Учебно - методические
	Выскажите личное мнение о структуре и содержании ФГОС (1-2 предложения)	У меня хорошее мнение о структуре и содержании ФГОС, потому что такой стандарт направлен на получение знаний и всесторонне развитую личность, а в современном мире это играет большую важность.

Для решения **третьей задачи** нами было проведено знакомство с содержанием Рабочей программы по физической культуре для 1-4 классов начального общего образования и Методическими рекомендациями по разработке рабочей программы дисциплины «физическая культура» (РПД), которое позволило выделить предназначение документа, его структурные и содержательные особенности (Таблица 6).

Таблица 6 – структура и основное содержание Рабочей программы предмета (РПД) «физическая культура»

№	Вопрос	Ответ
1	На основании каких двух основных документов разрабатывается РПД	1 – Федеральный Закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. №273 - ФЗ 2 – Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 05.04.2017 г. № 301 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры».
2	Кто разрабатывает РПД, кто ее утверждает	РПД разрабатывается преподавателями и заведующими кафедрами, обсуждаются на заседании кафедр, согласовываются с проректором по учебной работе и специалистом по учебно – методической работе, утверждается на Учёном совете НГК

3	С какой целью разрабатываются РПД, какую функцию они выполняют	Формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности
4	Перечислить структурные элементы РП	<p>Пояснительная записка</p> <p>Общая характеристика предмета «Физическая культура»</p> <p>Место предмета «Физическая культура» в учебном плане</p> <p>Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения предмета «Физическая культура» (раздел должен быть представлен в учебных программах общеобразовательных учреждений, реализующих образовательные программы в соответствии с ФГОС).</p> <p>Содержание предмета «Физическая культура».</p> <p>Тематическое планирование с определением основных видов учебной</p> <p>Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение предмета «Физическая культура».</p> <p>Планируемые результаты изучения предмета «Физическая культура».</p>
5	Какая информация выносится на Титульный лист РПД	<p>наименование учредителя университета; - наименование университета; - наименование дисциплины по УП; - наименование направления подготовки (специальности); - при необходимости указывается наименование направленности оп во (профиля, специализации); - форма обучения (очная, очно-заочная, заочная); - город и год выпуска РПД</p>
6	Что прописывается в Пояснительной записке	<p>цель и задачи предмета «Физическая культура», конкретизированные в соответствии с требованиями ФГОС к результатам освоения обучающимися основной образовательной программы;</p> <p>– принципы и подходы к формированию учебной программы в соответствии с законодательными и нормативными правовыми документами (Законом «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным законом от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», приказами Минобрнауки России и Минобрнауки России, утверждающими ФГОС).</p> <p>– вклад предмета «Физическая культура» в решение основных педагогических задач в системе общего образования.</p>
7	О чем говорится в разделе Место предмета «Физическая культура»	<p>В разделе указывается, в какую предметную область и обязательную часть учебного плана, формируемую участниками образовательного процесса, входит предмет «Физическая культура». Также указывается, какой компонент учебной программы может быть включен во внеурочную деятельность.</p> <p>Учебная программа разрабатывается с учетом трехчасовой недельной нагрузки по предмету «Физическая культура» на всех ступенях общего образования.</p>

8	<p>Дать краткую характеристику результату освоения предмета «Физическая культура» (с учетом специфики содержания предметной области «физическая культура»)</p>	<p>Личностные результаты отражаются в индивидуальных, качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура».</p> <p>Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в активном применении в познавательной и предметно-практической деятельности знаний и умений, приобретенных на базе освоения содержания предмета «Физическая культура» в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальных способностей, которые потребуются как в рамках образовательного процесса, так и в реальной повседневной жизни обучающихся.</p> <p>Предметные результаты характеризуют умения и опыт обучающихся, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура» и проявляются в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой</p>
9	<p>Дать краткую характеристику трем основным разделам в структурном элементе РПД – «Содержание предмета «Физическая культура»»</p>	<ul style="list-style-type: none"> - «Знания о физической культуре» (информационный компонент деятельности) представляются основные термины и понятия вида (видов) спорта, история развития вида (видов) спорта и его роль в современном обществе, история олимпийских игр и олимпийского движения, характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр, исторические данные о создании и развитии ГТО (БГТО). - «Способы двигательной (физкультурной) деятельности» содержит задания, которые ориентированы на активное включение обучающихся в самостоятельные занятия физической культурой, в том числе на подготовку к сдаче норм ВФСК ГТО - «Физическое совершенствование» (процессуально-мотивационный компонент деятельности) ориентирован на гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья обучающихся. Раздел включает жизненно важные навыки и умения, подвижные игры и двигательные действия из вида (видов) спорта, а также общеразвивающие упражнения с различной функциональной направленностью.
10	<p>Что отражает Тематическое планирование</p>	<p>В тематическом планировании отражаются темы основных разделов учебной программы, число учебных часов, отводимых на изучение каждой темы, даются характеристики видов деятельности обучающихся. Даются рекомендации к недельному двигательному режиму, которые предусматривают минимальный объем различных видов двигательной активности, необходимый для развития физических качеств, сохранения и укрепления здоровья,</p>

		подготовки к выполнению видов испытаний (тестов) и норм комплекса ВФСК ГТО.
11	Какие разделы, кроме вышеперечисленных еще могут быть в РПД	<p>«Физкультурно-оздоровительная деятельность» ориентирована на решение задач по укреплению здоровья обучающихся и предусматривает изучение оздоровительных форм занятий в режиме учебного дня и учебной недели, рекомендуемые Положением ВФСК ГТО.</p> <p>«Спортивно-оздоровительная деятельность с соревновательной направленностью» включает в себя средства общей физической, технической, тактической, интегральной подготовки обучающихся по виду (видам) спорта.</p>

Раздел 3 Разработка документов планирования учебно-воспитательного процесса по физической культуре в АНПОО «ДВЦНО» АК

После знакомства с нормативно-правовой документацией, Федеральным государственным стандартом, Примерными основными образовательными программами и Рабочими программами учебной дисциплины «физическая культура», а также учитывая условия образовательного учреждения практики АНПОО «ДВЦНО» АК и особенности закрепленного 3 класса нами были разработаны основные документы планирования учебно-воспитательного процесса по физической культуре.

Цель планирования предварительная разработка и определение на предстоящую деятельность целевых установок и задач, содержания, методики, форм организации и методов учебно-воспитательного процесса с конкретным контингентом занимающихся.

Задачи:

1) разработать Тематический план на третью четверть для 3 класса в соответствии с требованиями ФГОС и Примерной основной образовательной программы АНПОО «ДВЦНО» АК;

2) в рамках внеурочного планирования разработать сценарий физкультурного, игрового занятия, посвящённого Дню 8 марта «Весенний романс» для детей 8-9 лет и дать устный педагогический самоанализ проведенному занятию.

3) в рамках урочного планирования разработать План-конспект урока (Технологическую карту) в соответствии с требованиями ФГОС и Тематическим планом для 3 класса АНПОО «ДВЦНО» АК. Провести пробный урок по разработанному плану-конспекту и дать устный педагогический самоанализ проведенному уроку.

Для решения **первой задачи** нами была выбрана форма Тематического плана из <https://infourok.ru/>.

В Таблице 7 приведен Тематический план на 3-ю четверть для 3 класса, АНПОО «ДВЦНО» АК.

Таблица 7 – Примерный Тематический план 3 класса, АНПОО «ДВЦНО» АК.

Тема урока	Тип урока	Виды деятельности учащихся	Планируемые предметные результаты	Универсальные учебные действия
Бег в медленном темпе		Правила безопасности на уроках Ф.К	Знать правила по технике безопасности на	Коммуникативные: слушать и слышать

	Изучение нового материала	Значение разминки. Бег в медленном темпе Встречная эстафета. Ходьба с изменением длины и частоты шага. Ходьба через препятствия. Бег с высоким подниманием бедра. Бег в коридоре с максимальной скоростью. ОРУ. Игра «Пустое место». Развитие скоростных способностей.	уроках л/а, требования по Ф.К. ,как выполнять строевые упр. правила подвижных игр. Научиться: технически правильно держать корпус и руки при беге.	друг друга, работать в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: рассказывать об организационно-методических требованиях, выполнять строевые упр.
Развитие скорости	Изучение нового материала	Развитие скорости и ориентации в пространстве. Техника челночного бега. Повторить старт. Ходьба через несколько препятствий. Бег с максимальной скоростью (60 м). Игра «Белые медведи». Развитие скоростных способностей. Олимпийские игры: история возникновения	Научиться: технически правильно выполнять поворот в челночном беге. Разучивание беговой разминки. Знать технику челночного бега, высокого старта.	Коммуникативные: Эффективно - сотрудничать, работать в группах. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять её по указанию учителя, сохранять заданную цель. Технично - выполнять челночный бег, высокий старт, уметь ускоряться. Познавательные: анализ и объективная оценка результатов собственного труда.
Обучение специальным упр. бегуна.	Контрольный	Совершенствование строевых упр. Обучение специальным упр. бегуна. Развитие скоростных качеств. Тестирование бега на 30 м. с высокого старта. Подвижная игра «Салки».	Научиться: выполнять легкоатлетические упр., выполнение организующих строевых команд оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении	Коммуникативные: уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, контролировать действия партнёра. Регулятивные: принимать и сохранять поставленную задачу, осущевлять итогов

			учебных заданий.	й и пошаговый контроль. Адекватно воспринимать оценку, вносить необходимые коррективы. Познавательные обнаружение ошибок при выполнении задания, отбор способов их исправления. Воспитание этических чувств доброжелательности и эмоционально - нравственной отзывчивости.
Челночный бег	Контрольный	Контроль за развитием двигательных качеств: тестирование челночного бега 3*10	Измерение физической подготовленности (быстрота, выносливость). Систематическое наблюдение за её динамикой.	Регулятивные: видеть ошибки и исправлять её Самостоятельно формировать познавательные цели находить и выделять необходимую информацию. Коммуникативные уметь договариваться и приходить к общему решению, контролировать действия партнёра. Познавательные: анализ и объективная оценка результатов собственного труда.
Прыжок в длину с места.		Совершенствование строевых упр., прыжка в длину с места. Развитие выносливости в медленном двухминутном беге. Развитие внимания, ловкости, координации движений в эстафетах.	Научиться: самостоятельно выполнять комплекс утренней гимнастики, технически правильно отталкиваться и приземляться, распределять свои силы во время	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности. Ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упр. и

			продолжительного бега.	участия в игре, в эстафетах; оценивать правильность выполнения действия адекватно воспринимать оценку учителя. Познавательные: использовать общие приёмы решения поставленных задач.
Прыжок в длину с места.	Контрольный	Развитие координации движений и ориентации в пространстве в строевых упр. Развитие выносливости в беге на 1000 м. Тестирование прыжка в длину с места. Встречная эстафета.	Научиться выполнять организующие строевые команды и приёмы, разминаться, применяя специальные беговые упражнения технично правильно отталкиваться и приземляться.	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок. Познавательные: использовать общие приёмы решения поставленных задач, проходить тестирование прыжка в длину с места.
Прыжок в длину с места.	Закрепление ЗУН	Объяснение понятия «пульсометрия» Развитие силы и ловкости в прыжках вверх и в длину с места. Развитие выносливости в беге в медленном темпе. Подвижная игра «Ловишка».	Научиться выполнять легкоатлетические упр., технично правильно держать корпус и руки при беге в сочетании с дыханием.	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу планировать действие в соответствии с поставленной задачей вносить необходимые коррективы в

				<p>действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок.</p> <p>Познавательные: общеучебные – объективная оценка действий и поступков на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий.</p>
Развитие выносливости в беге	Контрольный	Развитие выносливости в беге в медленном темпе в течение 5 мин. Разучивание беговых упр. Круговая эстафета.	Научиться : равномерно распределять силы для завершения пятиминутного бега; оценить величину нагрузки по частоте пульса.	<p>Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.</p> <p>Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя.</p> <p>Познавательные: ориентироваться в разнообразии способов решения задач.</p>
Прыжок в длину с места.	Изучение нового материала	Обучение разбегу в прыжках в длину. Развитие скоростных – силовых качеств мышц ног (прыгучесть) в прыжке в длину с прямого разбега.	Научиться: отталкиваться без заступа при выполнении прыжка в длину с разбега; выполнять безопасное приземление. Совершенствовать прыжки через скакалку.	<p>Коммуникативные: контролировать действия партнёра</p> <p>Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль; принимать и сохранять учебную задачу планировать действие в соответствии с поставленной задачей.</p> <p>Познавательные:</p>

				ориентироваться в разнообразии способов решения задач.
Прыжок в длину с места.	Закрепление	Совершенствование прыжка в длину с прямого разбега способом «согнув ноги». Игра со скакалкой «Пробеги с прыжком».	Научиться: отталкиваться без заступа при выполнении прыжка в длину с разбега; выполнять безопасное приземление. Совершенствовать прыжки через скакалку. Технически правильно выполнять разбег.	Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию. Договариваться и проходить к общему решению совместной деятельности. Регулятивные: вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера. Познавательные: ориентироваться в разнообразии способов решения задач.
Прыжок в длину с места.	Контрольный	Контроль за развитием двигательных качеств; прыжок в длину с разбега Развитие ловкости в игре со скакалкой «Пробеги с прыжком».	Научиться: выполнять Легкоатлетические упр. и добиваться конечного результата. Соблюдать правила взаимодействия с игроками.	Коммуникативные: договариваться и проходить к общему решению совместной деятельности. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату ,адекватно оценивать свои действия и действия партнёров. Познавательные : анализи объективная оценка результатов собственного труда
Развитие выносливости в беге	Контрольный	Бег 1000м зачёт (без учёта времени или 5мин бег) в среднем темпе, прыжки на большой скакалке. Круговая и	Научиться: равномерно распределять силы для завершения пятиминутного бега; оценить величину	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной корпорации и приходить к общему решению

		встречная эстафета.	нагрузки по частоте пульса. Знать, как проходить тестирование бега на длинные и средние дистанции. Научиться заходить и выходить в прыжках на большой скакалке, передавать эстафетную палочку.	совместной деятельности. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: анализ и объективная оценка результатов собственного труда
Закрепление ЗУН	Текущий	Учить технике ловли мяча двумя руками от груди. Учить ведению мяча на месте с последующей передачей партнеру. Стойка игрока.	бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии. Регулятивные: вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Познавательные: договариваться и проходить к общему решению совместной деятельности.
Закрепление ЗУН	Текущий	1. Ведение мяча правой, левой рукой на месте 2. Ведение мяча правой, левой рукой шагом	бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;	Коммуникативные: допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, ориентироваться на

				<p>позицию партнёра в общении и взаимодействиях.</p> <p>Регулятивные: оценивать правильность выполнения действия; адекватно принимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей.</p> <p>Познавательные: ставить и формировать проблемы; ориентироваться в разнообразии способов решения задач.</p>
Совершенствование ЗУН	Текущий	<p>3. Ведение мяча правой, левой рукой на месте</p> <p>4. Ведение мяча правой, левой рукой шагом</p>	бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;	<p>Коммуникативные: ставить вопрос, обращаться за помощью, договариваться о распределении функций.</p> <p>Регулятивные: выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; использовать установленные правила в контроле способа решения.</p> <p>Познавательные: ставить и формировать проблемы; ориентироваться в разнообразии способов решения задач.</p>
Совершенствование ЗУН	Текущий	1. Ведение мяча правой, левой рукой на месте	Уметь владеть мячом: держание,	Коммуникативные: использовать речь

		<p>2. Ведение мяча правой, левой рукой шагом</p> <p>3. Построение в шеренгах.</p> <p>Ведение мяча на месте правой и левой рукой.</p> <p>Ведение правой рукой выполнять в правосторонней стойке. Ученики, завершившие ведение, выполняют упражнение 1 и другие задания.</p>	<p>передачи на расстояние, ловля. ведение. броски в процессе подвижных игр. Играть в мини-баскетбол</p>	<p>для регуляции своего действия.</p> <p>Регулятивные: выполнять действия в соответствии поставленной задачи и условиями её реализации; использовать установленные правила в контроле способа решения. Использовать общие приёмы решения поставленных задач; определять и характеризовать физическую культуру, как занятие физическими упр. Познавательные: использовать общие приёмы решения поставленных задач</p>
Комплексный	Текущий	<p>ОРУ. Ловля и передача мяч в кругу Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты. Игра «Снайперы». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.</p>	<p>Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля. ведение. броски в процессе подвижных игр. Играть в мини-баскетбол</p>	<p>Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию ; договариваться и проходить к общему решению совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновении интересов.</p> <p>Регулятивные: оценивать правильность выполнения действия; адекватно принимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей.</p>

				<p>Познавательные прыгать на большой, короткой скакалке с изменением темпа вращения. Ориентироваться в разнообразии решения задач.</p>
Комплексный	Текущий	<p>ОРУ. Ловля и передача мяч в квадрате. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты с мячами. Игра «Перестрелка». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.</p>	<p>Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля. ведение. броски в процессе подвижных игр. Играть в мини-баскетбол</p>	<p>Коммуникативные: уметь владеть способами взаимодействия с людьми, следить за безопасностью друг друга. Регулятивные: оценивать правильность выполнения действия; адекватно принимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей. Познавательные: и спользовать общие приёмы решения поставленных задач.</p>
Комплексный	Текущий	<p>ОРУ. Ловля и передача мяч в квадрате. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты с мячами. Игра «Перестрелка». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.</p>	<p>Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля. ведение. броски в процессе подвижных игр. Играть в мини-баскетбол</p>	<p>Коммуникативные: уметь владеть способами взаимодействия с людьми, переживать болеть за своих товарищей. Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Ставить и формировать проблемы; ориентироваться в решении задач. Познавательные: обнаружение ошибок при выполнении</p>

				учебных заданий анализ и объективная оценка результатов своего труда
Совершенствова ния	Текущий	ОРУ. Ловля и передача мяч в кругу Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты. Игра «Снайперы». Игра в мини- баскетбол. Развитие коорди- национных способностей.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля. ведение. броски в процессе подвижных игр. Играть в мини- баскетбол	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия, контролировать действия партнёра. Регуляти- вные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать дейст- вие в соответствии поставленной задачей. Познавательные: о бнаружение ошибок при выполнении учебных заданий анализ и объективная оценкарезультатов своего труда.
Комплексный	Текущий	ОРУ. Ловля и передача мяч в кругу Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты. Игра «Снайперы». Игра в мини- баскетбол. Развитие коорди- национных способностей.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля. ведение. броски в процессе подвижных игр. Играть в мини- баскетбол	Коммуникативные: ориентироваться на позицию партнёра в общении взаимодействии договариваться о распределение функций и ролей в совместной деятельности. Регу- лятивные: выпол- нять действия с соответствием поставленной зада- чей и условиями её реализации. Управ- ление эмоциями при общении со сверстниками и учителем ,оценка красоты телосложения и осанки. Познавате- льные: обнаружение ошибок при

				выполнении учебных заданий анализ и объективная оценка результатов своего труда.
Комплексный	Текущий	ОРУ. Ловля и передача мяч в квадрате. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты с мячами. Игра «Перестрелка». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля. ведение. броски в процессе подвижных игр. Играть в мини-баскетбол	Коммуникативные: контролировать действия партнёра, работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: и использовать общие приёмы решения поставленных задач.
Комплексный	Учётный	ОРУ. Ловля и передача мяч в квадрате. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты с мячами. Игра «Перестрелка». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля. ведение. броски в процессе подвижных игр. Играть в мини-баскетбол	Коммуникативные владеть конструктивными с пособиями взаимодействия с окружающими. Регулятивные: планировать действие в соответствии поставленной задачей и условиям её реализации, оценивать правильность выполнения действий. Познавательные: ставит, и формулировать проблемы, ориентироваться в разнообразии способов решения задач.
Комплексный	Учётный	ОРУ. Ловля и передача мяч в кругу Броски мяча в кольцо	Уметь владеть мячом: держание, передачи на	Коммуникативные: договариваться и проходить к общему решению

		<p>двумя руками от груди. Эстафеты. Игра «Снайперы». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.</p>	<p>расстояние, ловля. ведение. броски в процессе подвижных игр. Играть в мини-баскетбол</p>	<p>совместной деятельности. Регулятивные: выполнять действия в соответствии поставленной задачи и условиями её реализации; использовать установленные правила в контроле способа решения. Познавательные: использовать общие приёмы решения поставленных задач.</p>
--	--	--	---	--

Для решения **второй задачи** нами была выбрана форма Плана-конспекта из образовательной социальной сети <https://nsportal.ru/>. В Таблице 8 приведен План-конспект для 3 класса АНПОО «ДВЦНО» АК.

Таблица 8 –Сценарий спортивного праздника по физической культуре 3 класса АНПОО «ДВЦНО» АК по теме «Спортивный праздник посвящённый 8 марта»

Частные задачи	Содержание	Дозировка	Методические указания
Подготовительная часть 10 минут			
Подготовка к занятию	<p>Добрый день девочки и мальчики, учителя и гости, добрый весенний день! Сегодня у нас спортивный праздник» Весенние ласточки». Вы увидите состязания великолепных команд девочек нашей школы.</p> <p>8 марта – день торжественный, день радости и красоты. На всей Земле он дарит женщинам свои улыбки и цветы. Мы привыкли к нему, как к доброму и весёлому празднику.</p> <p>Нынче праздник!</p> <p>Нынче праздник!</p> <p>Праздник девочек и мам.</p>	10 минут	<p>Проверить самочувствие учащихся.</p> <p>Проверить наличие спортивной формы.</p>

	<p>Это самый добрый праздник. Он весной приходит к нам. Это праздник послушанья, Поздравленья и цветов, Прилежанья, обожанья, Праздник самых лучших слов.</p> <p>Ну что же представляю вам наши прекрасные команды. Многие из вас весной, летом играют во дворе в классики, прыгают через скакалку. Сейчас будет возможность — это сделать.</p>		
Основная часть 28 минут			
1 Эстафета	Вам необходимо, пробежать дистанцию, взять любой продукт, положить его в корзину, оббежать поворотную стойку, и вернуться к своей команде, передав корзину следующему игроку, чья команда быстрее соберет продукты в корзину, та и победит.	10 метров	Дыхание ровное, соблюдать технику безопасности
Загадки	<p>1. Маленького роста я Тонкая и острая. Носом путь себе ищу, За собою хвост тащу (иголка).</p> <p>2. Вся дырявая и злая И кусачая такая, Только бабушка с, ней ладит Ей бока и трет, и гладит (терка)</p>	10 метров	Дыхание ровное, соблюдать технику безопасности
2 Эстафета	Участники команд усаживаются на гимнастические скамейки в затылок друг другу и передают сидящему сзади игроку мяч. Последний с мячом бежит, садится вперёд и снова передаёт мяч. Эстафета продолжается до тех пор, пока игроки не окажутся на своих местах.	10 метров	Дыхание ровное, соблюдать технику безопасности
Загадки	Стоят в поле сестрички Золотой глазок, белые реснички (ромашка)	10 метров	Дыхание ровное, соблюдать технику безопасности
3 Эстафета	Прыжки на мяче туда и обратно.	10 метров	Дыхание ровное, соблюдать технику безопасности

Загадки	Я увидел свой портрет- Отошёл - портрета нет (зеркало). Гладит всё, чего касается. А дотронешься – кусается (утюг)	10 метров	Дыхание ровное, соблюдать технику безопасности
4 Эстафета	«Бегом по магазинам» Добежать змейкой до обруча, взять один предмет, обратно с предметом через препятствия вернуться в команду.	10 метров	Дыхание ровное, соблюдать технику безопасности
Загадки	Ковер цветастый на лугу Налюбоваться не могу Надел нарядный сарафан Красивый бархатный(тюльпан)	10 метров	Дыхание ровное, соблюдать технику безопасности, следит за правильностью выполнения упражнения
5 Эстафета	Вы, наверное, заметили, что все больше и больше на дорогах мы видим машины, где за рулём девушки. Конечно, кабриолета у нас нет, а вот скоростной транспорт наблюдается. Сидя н доске (на колесиках) проехать туда и обратно	10 метров	Дыхание ровное, соблюдать технику безопасности, следит за правильностью выполнения упражнения
Загадки	Даже ночью муравьишка Не пропустит свой домишко: Путь-дорожку до зари освещают фонари. На больших столбах подряд Лампы белые горят (ландыши)	10 метров	Дыхание ровное, соблюдать технику безопасности, следит за правильностью выполнения упражнения
6 Эстафета	Кстати, все знают, что у нас есть женские хоккейные команды. И наши красавицы тоже могут играть в хоккей. - Да девочки? Вести мяч до фишки, удар по воротам и обратно вести мяч в команду	10 метров	Дыхание ровное, соблюдать технику безопасности, следит за правильностью выполнения упражнения
Заключительная часть 7 минут			
7 Эстафета	Команды выстраиваются в колонну по одному за линией старта, напротив каждой команды натянута сетка, за сеткой лежит фитнес мяч, на расстоянии ставятся конусы. Участнику нужно проползти под сеткой, взять мяч, прокатить его между конусов. вернуться назад, оставить мяч, проползти под сеткой и передать эстафету следующему участнику.	10 метров	Выигрывает та команда, которая быстрее справилась с заданием
Подведение итогов	На этом наш праздник спорта и весны заканчивается Подводим итоги соревнований.	3 мин	1.Приз самой уверенной, сообразительной, ловкой (из каждой команды помощники выбирают лучших 3)

Для решения **третьей задачи** мы разработали сценарий физкультурного занятия по теме: «Лёгкая атлетика».

Цели урока:

1.Формирование и развитие двигательных навыков прыжков в длину

Задачи урока:

1. Образовательные:

1. Обучение прыжкам в длину с места и с разбега.

2. Воспитательные:

1. Воспитание ответственности и внимательности.

2. Воспитание чувства поддержки, терпимого отношения друг к другу.

3. Оздоровительные:

1. Формирование правильной осанки и профилактика плоскостопия.

4. Развивающие:

1.Развитие физических качеств и двигательных способностей, преимущественно обеспечивающих выполнение легкоатлетических упражнений;

Место проведения: спортивный зал школы.

Методы проведения: поточный, фронтальный, игровой.

Содержание материала	Дозировка	Методические указания
Подготовительная часть-12 минут		
1. Построение. Рапорт. Приветствие. Сообщение задач урока. 2.Повторить повороты налево и направо, кругом на месте.	2 минуты	1)Обратить внимание на наличие спортивной формы и обуви; 2) Руки прижаты к бедрам, поворот осуществлять на пятке и носке; 3)Ознакомить с правилами поведения при выполнении упражнений на беговых дорожках, ознакомить с правилами действий при выполнении метательных упражнений, прыжков в длину и высоту.
ОРУ – в движении: 1. Ходьба с круговыми движениями головой.	1 минута	1)Спина прямая, руки на поясе, медленно выполняем круговые движения головой.
2. Ходьба со сменой положения ассиметрично расположенных рук: одна – вперёд, другая в сторону. Одна вверх, другая – в сторону. Одна – вперёд, другая – вниз.	1 минута	1)Руки выпрямлены; 2)Спина прямая;

3. Ходьба в полунаклоне, положив руки на плечи впереди идущему человеку (то же, на носках, на пятках, то же в шеренге).	1 минута	1)Руки на плечи впереди идущему, 2) Правильно выполняем сигналы учителя.
4.Бег по кругу	2 минуты	1) Соблюдаем дистанции 1 метр.
5.Бег правым плечом вперёд, левым плечом вперёд.	1 минута	1)Руки на поясе.
6. Бег с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени.	1 минута	1)Колени поднимать до угла 90 градусов; 2)Упражнение выполнять с максимальной скоростью.
7.Многоскоки -на левой ноге, -на правой ноге, - с левой на правую.	1 минута	1)Выпрыгивать как можно выше вверх.
8. Ходьба на восстановление дыхания и осанку	2 минуты	1) восстанавливаем дыхание; 2) Спина прямая.
Основная часть-26 минут		
1.Обучение прыжку в длину. - прыжок в длину с места; - прыжки по ориентирам; - прыжки в длину с разбега. Подсчет ЧСС	14 минут	1) Объяснить и разобрать с детьми фазы прыжка в длину; 2) Научить правильно, подбирать разбег; 3)Научить попадать на планку, выталкиваться вверх, приземляться на две ноги; 5)Следить за пульсом, регулировать нагрузку.
2.Эстафеты. Передача эстафетной палочки на месте и в движении.	5 минут	1) Отрабатывать правильную передачу эстафетной палочки; 2) Передающий отдаёт эстафетную палочку снизу вверх в ладонь принимающему; 3)Следить за правильным отведением руки назад, принимающему эстафету.
3. Игра «Кочки и пенёчки». Класс делится на две три колонны, по сигналу первые начинают перепрыгивать по ориентирам, затем следующие.	7 минут	1)Прыгать во внутрь обруча, отталкиваться повыше и дальше.
Заключительная часть-7 минут		
Построение. Подведение итогов. Домашнее задание Организованный уход с площадки	7 минут	Проверить самочувствие учащихся; Похвалить активных детей.

Раздел 4 Теоретическое обобщение, систематизация и анализ актуальных педагогических технологий, направленных на формирование потребности в здоровом образе жизни

4.1 Введение

В современных условиях жизни ребёнка зачастую общество прививает очень высокие требования, с которыми может справиться только хорошо развитая и здоровая личность. Здоровье носит глобальный характер и, если отрицательно относиться к этому и не видеть проблем это приводит к необратимым последствиям, таким как: плохое самочувствие, частая заболеваемость, нарушение психоэмоционального фона и ряд других. Зачастую дети не играют и даже не знают игр, кроме как на мобильных телефонах. Дети ведут в основном сидячий не активный образ жизни, хотя в их возрасте преобладает достаточно много энергии. Данная проблема наносит глобальный характер, который может решить только физическая активность и здоровый образ мышления.

Актуальность выбранной темы заключается в том, что в современном мире тема здорового образа жизни очень популярна среди населения и возникает она из-за ряда проблем, связанных со здоровьем. Тенденции развития информационного общества расширяют свои границы, наряду с низкой физической активностью, вниманием и самочувствием. Из-за этого возникает популяризация частой заболеваемости, снижения энергии и плохого настроения у школьников с самого детства. Возникает необходимость в физической активности и рекреационным потребностям для улучшения здоровья и самочувствия детей.

Для того, чтобы увеличить потребность в здоровом образе жизни посредством физической рекреации нужно решить проблему информационного характера. С одной стороны, большой поток информации приводит к развитию общества, а с другой стороны усовершенствование информационных технологий приводит к большому риску гиподинамии, частой заболеваемости и очень маленькому общению с природой и духовными богатствами. В современной научной литературе мы не нашли достаточно детально разработанного материала по данной теме нашего исследования.

Объект исследования- физическое воспитание учащихся.

Предмет исследования-формирование потребности в здоровом образе жизни школьников 12-13 лет средствами физической рекреации.

Цель исследования-обосновать средства формирования потребности в здоровом образе жизни посредством физической рекреации по анализу литературных источников.

Задачи исследования:

1. Изучить анализ литературных источников по проблеме исследования.
2. Определить наиболее передовой педагогический опыт по решению применения средств физической рекреации для учащихся 12-13 лет.
3. Предоставить материалы исследования для обсуждения важнейшей проблемы здорового образа жизни.

Мы применили следующие методы исследования:

- проанализировать литературные источники по физической рекреации;
- рецензия;
- изучение и обобщение педагогического опыта;
- социологический опрос в форме анкетирования и беседы

4.2 Развитие потребности здорового образа жизни

Здоровье человека является социально значимым феноменом, по уровню и состоянию которого судят о благополучии общества. Чем выше уровень культуры здоровья всего общества, тем выше уровень культуры здорового образа жизни каждого человека. Сегодня все очевиднее прослеживается тревожная тенденция ухудшения состояния здоровья детей и подростков, студенческой молодежи, взрослого населения. Около 90 % детей дошкольного и школьного возраста имеют отклонения в состоянии физического и психического здоровья. Более 70 % процентов студентов нуждаются в стационарном лечении, 85 % учителей имеют хронические заболевания. Ухудшение состояния здоровья происходит на фоне низкой двигательной активности, гиподинамия среди детского и взрослого населения России достигла 80 %. Увеличение распространения среди молодежи курения, употребления алкоголя и наркотиков, увлечение компьютерными играми, недостаточная двигательная активность свидетельствуют о низком уровне культуры здоровья, а также о неэффективности существующих форм физического воспитания как в организованных коллективах, так и в семье.

Главным источником развития и укрепления ресурсов здоровья человека является систематическая двигательная активность на протяжении всей жизни человека. Именно физическое воспитание, предмет «Физическая культура» в образовательных учреждениях призваны формировать у человека потребность в укреплении здоровья, систематических занятиях физической культурой и спортом. Однако современная система физического воспитания в процессе своего развития и совершенствования обнаруживает ряд противоречий. Главными из них являются: противоречие между ведущими ценностями здорового образа жизни и отсутствием мотивированной потребности. [1]

Забота о здоровье и его укрепление является естественной потребностью культурного человека, неотъемлемым элементом его жизнедеятельности. Здоровье – комплексное и вместе с

тем целостное, многомерное динамическое состояние, развивающееся в процессе реализации генетического потенциала в условиях конкретной социальной и экономической среды и позволяющее человеку в различной степени осуществлять его биологические и социальные функции. По определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов. Здоровый образ жизни есть способ жизнедеятельности, соответствующий генетически обусловленным типологическим особенностям данного человека, конкретным условиям жизни и направленный на формирование, сохранение и укрепление здоровья и полноценное выполнение человеком его социально-биологических функций. Таким образом, здоровый образ жизни – поведение индивида, при котором он не позволяет себе ничего такого, что могло бы нанести вред его здоровью, и старается сделать все для повышения своего физического и психического здоровья. [2]

Важнейшее значение в общей культуре отводится культуре здоровья как общечеловеческой ценности. Культура здоровья – это часть общей культуры человека, направленная на сохранение и укрепление своего здоровья. Культура здоровья личности характеризуется жизненными позициями человека (наличием позитивных целей и ценностей); грамотным и осмысленным отношением к своему здоровью, природе и обществу; организацией здорового образа жизни, позволяющего активно регулировать состояние человека с учетом индивидуальных особенностей организма, реализовывать программы самосохранения, самореализации, саморазвития, приводящие к гармоничному единству всех компонентов здоровья и целостному развитию личности. Процесс формирования культуры здоровья личности осуществляется в первую очередь в системе образования и неразрывно связан с методологией обучения основам здорового образа жизни. В то же время существующая система образования нередко приводит к ухудшению состояния здоровья детей и молодежи.

Интенсификация учебного процесса, увлечение компьютерными играми, недостаток возможностей для занятий физической культурой и спортом – главные причины гиподинамии школьников и студентов. Кроме того, большинство руководителей и педагогов образовательных учреждений слабо владеют специальными знаниями и умениями диагностики состояния здоровья, организации физкультурно-оздоровительной работы в образовательных учреждениях. В связи с этим одной из приоритетных задач модернизации образования должно стать сохранение и укрепление здоровья участников образовательного процесса, формирование у них ценностей здоровья и здорового образа жизни. [3]

Культура здоровья с позиции системно-структурного подхода представляет собой целостную систему взаимодействия следующих факторов: системообразующих, системно-наполняющих и системно-обуславливающих [4].

Системообразующими факторами являются состояние индивидуального здоровья человека в его динамике и практико-ориентирование. Формирование культуры здоровья личности в

образовательной системе физического воспитания. При этом критерии состояния здоровья следует рассматривать с позиции повышения или сохранения его количественного и качественного потенциала как при относительно высоком уровне здоровья, так и при наличии каких-либо отклонений, физических дефектов, тех или иных заболеваний. Системно-наполняющими компонентами культуры здоровья являются духовно-нравственные ценности (в том числе ценности здоровья и ЗОЖ) и менталитет здорового стиля жизни; валеологическая грамотность (знание причин и механизмов формирования здоровья, организации ЗОЖ, навыки оздоровительной деятельности); оздоровительные технологии, направленные на физическое и психическое совершенствование личности. Системно-обуславливающие факторы формирования культуры здоровья носят объективный и субъективный характер. К числу объективных можно отнести социальные и биологические факторы. Социальными факторами являются уровень социально-экономического развития общества; материальное благополучие граждан и уровень их жизни; государственная политика в области охраны здоровья; наличие моды на здоровье, задаваемой государственными и общественными структурами; развитие системы образования, здравоохранения, физического воспитания и др. К биологическим системно-обуславливающим факторам культуры здоровья личности можно отнести генетически обусловленные и приобретенные предпосылки физического и психического развития личности, возрастные особенности и гетерохронность психофизиологических функций организма, условия существования индивида в конкретной экосистеме. Наиболее значимыми субъективными факторами являются мотивация на здоровье и здоровый образ жизни; наличие волевых качеств, необходимых для проявления активности личности; стремление к самосовершенствованию и самореализации; преодоление собственной инертности по отношению к здоровью и здоровому образу жизни. Выделяют следующие компоненты культуры здоровья личности: мотивационно-личностный компонент – включает совокупность норм и ценностей, обеспечивающих представление о роли и месте культуры здоровья в системе социальных отношений; развитие мотивации здорового образа жизни и повышения уровня здоровья; совершенствование свойств и качеств личности, обеспечивающих активную жизненную позицию по отношению к здоровью; когнитивный компонент – представляет собой целостную практико-ориентированную систему валеологических знаний и умений физического и психического саморазвития; деятельный компонент – обеспечивает достижение определенного уровня здоровья через личностно-значимый и индивидуально-ориентированный здоровый образ жизни. Обеспечение единства и взаимосвязи биологического и социального развития определяет роль физической культуры в формировании культуры здоровья с помощью решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач. Многофункциональный характер физической культуры проявляется в том, что она направлена на развитие физических, эстетических и духовно-нравственных качеств личности; организацию общественно-полезной деятельности, здорового досуга, профилактики заболеваний, рекреацию и реабилитацию с использованием двигательной активности.[5]

Выводы

За время прохождения Учебной ознакомительной практики нами были сформулированы следующие выводы:

1. Мы ознакомились с нормативно-правовым обеспечением и регулированием деятельности функционирования учреждения. Для выполнения этой задачи мы посетили образовательное учреждение и познакомимся с педагогическим составом. Затем мы сходили на урок по физической культуре и предоставили материалы фотоотчёта. После посещения образовательного учреждения мы составили сравнительную таблицу организационно-методических и предметных компонентов обеспечения учебно-воспитательного процесса.

2. Научились фиксировать, анализировать и давать оценку компонентам учебно-воспитательного процесса по физическому воспитанию и физической культуре. Для этого мы ознакомились с перечнем нормативной документации, сформулировали представление о структуре и содержании ФГОС и Рабочей программы по физической культуре.

3. Рассмотрели различные тематические планы и конспекты уроков, с помощью которых разработали сценарий физкультурного, игрового занятия, посвящённого Дню 8 марта. Также в рамках урочного планирования был разработан конспект урока для 3 класса.

4. Мы научились обобщать, систематизировать и анализировать актуальные педагогические технологии и условия их применения. Таким образом, мы более детально изучили тему здорового образа жизни и выяснили каким образом мы можем привлечь школьников к физической активности.

Список литературы

1. Трещова О. Л. Формирование культуры здоровья личности в образовательной системе физического воспитания : автореф. дис. ... докт. пед. наук. Омск : СибГУФК, 2003. С. 5.
2. См.: Бишаева А. А., Малков В. В. Физическая культура : учеб. М. : КНОРУС, 2016. С. 121.
3. Трещова О. Л. Формирование культуры здоровья личности в образовательной системе физического воспитания. С. 14.
4. Трещова О. Л. Формирование культуры здоровья личности в образовательной системе физического воспитания. С. 16-17.
5. Трещова О. Л. Формирование культуры здоровья личности в образовательной системе физического воспитания. С. 18.
6. Федеральные государственные образовательные стандарты /[Электронный ресурс] // ФГОС : [сайт]. — URL: <https://fgos.ru/> (дата обращения: 10.05.2023).
7. И.В. Манжелей Физкультурно-спортивная среда образовательного учреждения / И.В. Манжелей [Электронный ресурс] // Cyberleninka : [сайт]. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/fizkulturno-sportivnaya-sreda-obrazovatelno-uchrezhdeniya/viewer> (дата обращения: 17.05.2023).
8. Козырь Е.С. Методика здорового образа жизни обучающихся 9-х классов, в рамках уроков физической культуры/ Козырь Е.С., Амбарцумян Н.А.// «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма», 2020, 73-77с. Научная электронная библиотека (НЭБ). Режим доступа [<http://www.elibrary.ru>]
9. Ю. В. Рахманова Методы социологического исследования: Учебное пособие, - СПб.: Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2021. - 124 с.
10. Солоненко О.А. Уровень развития мотивации у школьников к занятиям физической культурой/ Солоненко О.А., Пименов В.В.// ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского», 2021, 155-158с. Научная электронная библиотека (НЭБ).

Приложение А



Рисунок 1 – Вывеска учреждения



Рисунок 2 – Спортивный инвентарь школы (баскетбольные и волейбольные мячи)



Рисунок 3 - Спортивный инвентарь школы (шведская стенка)

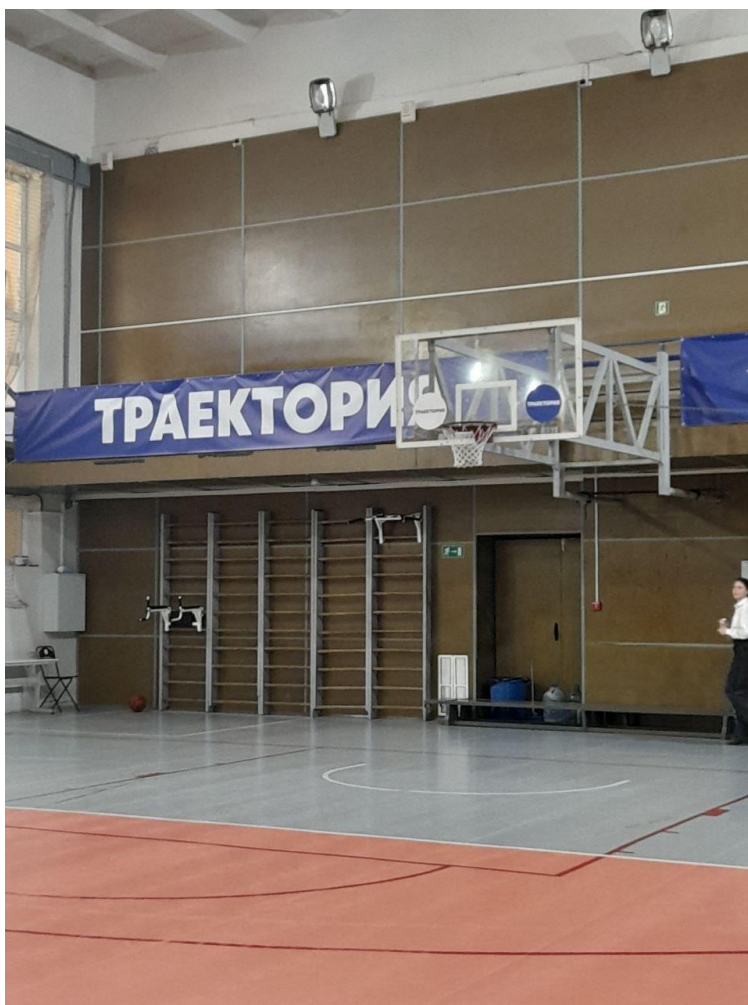


Рисунок 4 - Спортивный инвентарь школы (гимнастическая скамейка, баскетбольное кольцо)

В спортзале имеется разный инвентарь для занятий физической культуры.



Рисунок 5 – Учащиеся во время учебно-воспитательного процесса по физической культуре



Рисунок 6 – Спортивные награды

Образовательное учреждение имеет большое количество достижений и наград за спортивные мероприятия.

Приложение Б

Утверждён Коллегией
АНПОО «ДВЦНО»
Протокол от «14» марта 2017г.

УСТАВ

Автономной некоммерческой профессиональной образовательной
организации
«Дальневосточный центр непрерывного образования»
(новая редакция)

Рисунок 1 - Устав

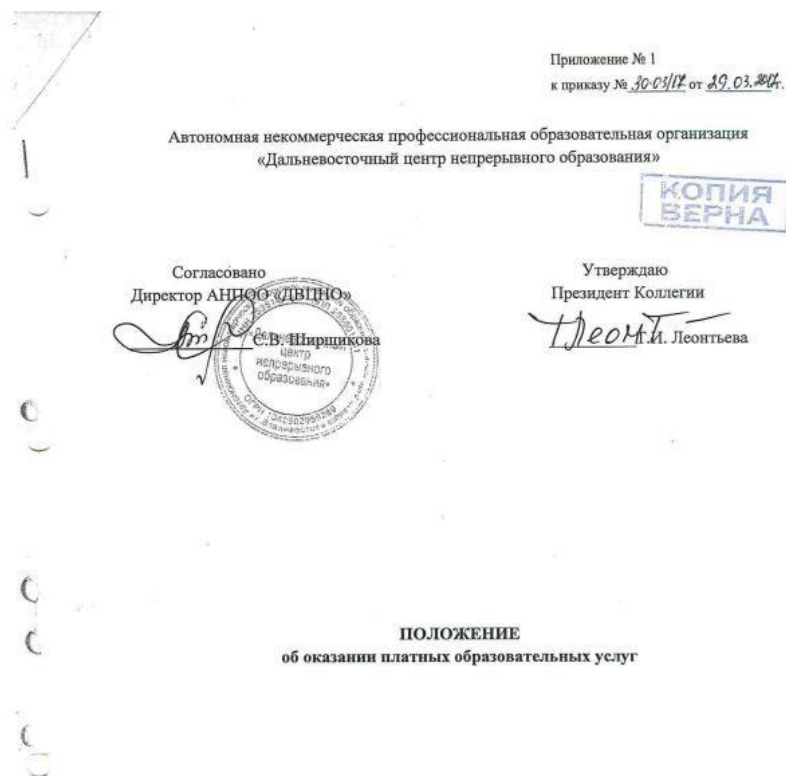


Рисунок 2 – Положение об оказании платных образовательных услуг

Автономная некоммерческая профессиональная образовательная организация
«Дальневосточный центр непрерывного образования»
Академический колледж

«СОГЛАСОВАНО»

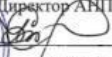
Директор АК


Л.А. Смагина



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор АНПОО «ДВЦНО»


С.В. Ширишкова

Принято на заседании
педагогического совета

« 1 » « марта » 2015 г.

Протокол № 3

ПРАВИЛА ВНУТРЕННЕГО РАСПОРЯДКА
ОТДЕЛЕНИЯ ЛИЦЕЙСКИХ КЛАССОВ АКАДЕМИЧЕСКОГО КОЛЛЕДЖА

Рисунок 3 – Правила внутреннего распорядка

