

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА  
КАФЕДРА СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН

ОТЧЕТ  
ПО ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПРАКТИКЕ  
(ВТОРАЯ)

Студент:  
гр.БПО-22ФК-1

  
подпись

Л.А. Кулешова  
Ф.И.О.

Руководитель практики  
д.п.н., профессор

  
подпись

О. А. Барабаш

Руководитель практики от предприятия  
Начальник управления  
физической культуры,  
патриотического воспитания и туризма  
ФГБОУ «ВДЦ «Океан»



Д.В. Шелудько

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА  
КАФЕДРА СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН

**ЗАДАНИЕ**

на производственную педагогическую практику (вторую)

Студент Кулешова Л.А.

1. Срок прохождения практики: 16.06.2025 - 26.07.2025 (приказ №1476-а от 05.06.2025)

2. Содержание практики:

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

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

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

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

**Задание 5.** Провести психолого-педагогические исследования занимающихся в летнем оздоровительном лагере.

**Задание 6.** Разработать электронные постеры. Написать тезисы доклада по результатам исследования в физическом воспитании.

**Задание 7.** Оформить отчёт 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: 16.06.2025

Руководитель практики  
д.п.н., профессор



подпись

О.А. Барабаш  
Ф.И.О.

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА  
КАФЕДРА СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН

**КОНТРОЛЬНЫЙ ЛИСТ**

**прохождения инструктажа по охране труда и пожарной безопасности**

Студент Л.А. Кулешова  
Ф.И.О.

Группы БПО-22-ФК1

Кафедра спортивно-педагогических дисциплин

Руководитель практики д.п.н., профессор, О.А. Барабаш.

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

С правилами трудового распорядка ознакомлен(а)  Л.А. Кулешова  
подпись Ф.И.О. (студента)

В период с 16 июня по 26 июля 2025 года в соответствии с графиком учебного процесса я проходил (а) учебную педагогическую практику. В качестве задания на практику мне были зачтены различные виды работ. Виды и сроки выполненных работ представлены ниже.

## ГРАФИК (ПЛАН)

прохождения производственной педагогической практики (вторая)

Студент: Кулешова Л.А.

Группа БПО-22-ФК-1

Сроки прохождения практики: 16.06.2025 - 26.07.2025

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

| Виды работ                                                            | Структурное подразделение/<br>название проекта<br>/мероприятие                                                                                                                                                              | Дата                          | Количество<br>во<br>отработанного<br>времени | Наличие случаев<br>опозданий и/или<br>не<br>своевременного<br>выполнения<br>заданий |
|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| Установочная конференция об организации практики в ФГБОУ «ВДЦ «Океан» | Кафедра СПД                                                                                                                                                                                                                 | 16.06.2025                    | 2                                            |                                                                                     |
| Инструктаж по технике безопасности                                    | Кафедра СПД                                                                                                                                                                                                                 | 16.06.2025                    | 2                                            |                                                                                     |
| Участие в работе «ВДЦ Океан»                                          | Ознакомится с деятельностью ФГБОУ «ВДЦ «Океан»:<br>изучить официальный сайт;<br>подобрать источники информации по теме индивидуального задания;<br>сформировать список литературы.                                          | 16.06.2025<br>–<br>26.07.2025 | 8                                            |                                                                                     |
|                                                                       | Провести фрагмент учебно-тренировочного занятия по виду спорта;<br>провести целостное учебно-тренировочные занятия по виду спорта.                                                                                          |                               | 64                                           |                                                                                     |
|                                                                       | Составить план спортивно-массовой работы на период смены;<br>написать положение спортивно-массового мероприятия;<br>принять участие в физкультурно-массовом мероприятии;<br>написать отчет о проведении спортивно-массового |                               | 26                                           |                                                                                     |

|                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                |            |            |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|------------|--|
|                                                                                                                                                                        | мероприятия.                                                                                                                   |            |            |  |
|                                                                                                                                                                        | Принять участие в судействе соревнований по видам спорта                                                                       |            | 12         |  |
|                                                                                                                                                                        | Провести психолого-педагогические исследования занимающихся в летнем оздоровительном лагере.                                   |            | 26         |  |
|                                                                                                                                                                        | Разработать электронные постеры, оформить их согласно требованиям, скрин постера в формате А4 разместить в приложение к отчету |            | 82         |  |
|                                                                                                                                                                        | Написать тезисы доклада по результатам исследования в физическом воспитании.                                                   |            | 82         |  |
| 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                                                                                                    | 26.07.2025 | 20         |  |
| <b>Итого:</b>                                                                                                                                                          |                                                                                                                                |            | <b>324</b> |  |

Дата выдачи задания на практику 16.06.2023

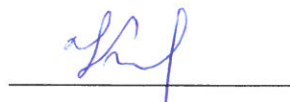
Срок сдачи студентом готового отчета 26.07.2023

Руководитель практики  
д.п.н., профессор

  
подпись

О.А. Барабаш  
Ф.И.О.

Задание принял(а)

  
подпись

Л.А. Кулешова  
Ф.И.О.

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА  
КАФЕДРА СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН

**ОТЗЫВ РУКОВОДИТЕЛЯ**

на отчет по производственной педагогической практике (второй) студентки группы БПО-22-ФК1 Кулешовой Любовь Александровны, направления подготовки 44.03.01 Педагогическое образование. Профиль Физическая культура.

Руководитель производственной педагогической практики (второй) профессор кафедры спортивно-педагогических дисциплин ВВГУ О.А. Барабаш.

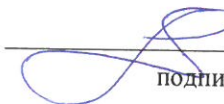
Тема индивидуального задания: «Участие в организации и проведении физкультурно-оздоровительной работы в детском оздоровительном лагере».

За время прохождения практики студентка в соответствии с заданием приняла участие в организации и проведении различных видов физкультурно-массовой деятельности и проведении учебно-тренировочных занятий по различным видам спорта, на основании данных, представленных на официальном сайте ФГБОУ ВДЦ «Океан» ею была изучена и дана характеристика структуры организации, педагогического состава сотрудников по физической культуре, описание спортивных сооружений, особенности организации физкультурно-спортивных мероприятий. Проведено психолого-педагогическое исследование занимающихся в летнем оздоровительном лагере. Разработан электронный постер, оформлен согласно требованиям, скрин постера в формате А4 размещен в приложении к отчету. Были написаны тезисы доклада по результатам исследования в физическом воспитании.

За время прохождения практики Кулешова Любовь Александровна проявила высокий уровень теоретической и практической подготовки, продемонстрировала умение применять и использовать полученные теоретические знания для решения поставленных практических задач.

Программа практики выполнена полностью  
Оценка «отлично»

Руководитель практики  
д.п.н., доцент

  
подпись

О.А. Барабаш  
Ф.И.О.

## Содержание

|                                                                                                                                 |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Введение .....                                                                                                                  | 3  |
| Раздел 1. Характеристика структуры и основных функций организации<br>"Всероссийский детский центр "Океан" .....                 | 4  |
| Раздел 2. Учебно-тренировочные занятия по виду спорта «бадминтон, плавание,<br>волейбол» .....                                  | 11 |
| Раздел 3. Физкультурно-массовое мероприятие «Веселые старты» .....                                                              | 27 |
| Раздел 4. Судейство соревнований по виду спорта «Волейбол» .....                                                                | 30 |
| Раздел 5. Провести психолого-педагогические исследования занимающихся в<br>летнем оздоровительном лагере .....                  | 32 |
| Раздел 6. Разработать электронные постеры. Написать тезисы доклада по<br>результатам исследования в физическом воспитании. .... | 37 |
| Выводы .....                                                                                                                    | 41 |
| Список литературы .....                                                                                                         | 42 |
| Приложение А .....                                                                                                              | 43 |
| Приложение Б .....                                                                                                              | 44 |

## Введение

Производственная педагогическая практика (вторая) является необходимой частью подготовки бакалавров направления «Педагогическое образование» и проводится с целью ознакомления студентов с основами педагогической деятельности в летнем оздоровительном лагере. Производственная педагогическая практика (вторая) проходила на базе ФГБОУ «ВДЦ «Океан» с 16 июня по 26 июля 2025 года. Руководитель учебной педагогической практики профессор кафедры спортивно-педагогических дисциплин О.А. Барабаш.

Содержательно практика представляла собой участие в различных видах физкультурно-массовой деятельности и проведение учебно-тренировочных занятий, выполнение индивидуального задания от руководителя практики по теме: «Участие в организации и проведении физкультурно-оздоровительной работы в детском оздоровительном лагере». Была изучена и дана характеристика структуры организации ФГБОУ «ВДЦ «Океан». Мною были проведены учебно-тренировочные занятия по «волейболу, плаванию, бадминтону» я приняла участие в судействе соревнования по «волейболу». А также я приняла участие в проведении физкультурно-массового мероприятия «Веселые старты». Кроме того, мною была выполнено психолого-педагогические исследования занимающихся в летнем оздоровительном лагере. В отчете представлены, так же, результаты задания по разработке электронных постеров и написанию тезисов доклада по результатам исследования в физическом воспитании.

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 на бригадных собраниях в виде оценивания и характеристики проделанной работы.

Результатом проделанной работы стало овладение профессиональными навыками по формированию компетенции: ОПК-1: Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере образования и нормами профессиональной этики, ОПК-3: Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов, ОПК-4: Способен осуществлять духовно-нравственное воспитание обучающихся на основе базовых национальных ценностей, ПКР-2: Способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность.

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

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

Таблица 1 – Общие сведения, размещенные на официальном сайте

|    |                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----|---------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1) | Адрес образовательного центра (оздоровительного лагеря)                   | 690108, Приморский край, г. Владивосток, ул. Артековская 1б                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 2) | Название образовательного центра (оздоровительного лагеря)                | Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение «Всероссийский детский центр «Океан»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 3) | Руководитель (ф.и.о.) образовательного центра (оздоровительного лагеря)   | Соловей Наталья Владимировна- директор                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| 4) | Педагогический состав сотрудников по физической культуре (указать ф.и.о.) | 1. Абрамов Максим Вячеславович<br>2. Бормотов Виталий Михайлович<br>3. Будникова Марина Николаевна<br>4. Мажаева Алина Сергеевна<br>5. Малышко Наталья Андреевна<br>6. Мыльникова Виктория Андреевна<br>7. Николаев Александр Витальевич<br>8. Никоноров Вячеслав Сергеевич<br>9. Носкова Варвара Игоревна<br>10. Обабкова Ева Константиновна<br>11. Омельчук Нина Ивановна<br>12. Пахалина Виктория Александровна<br>13. Прохорова Анна Александровна<br>14. Редькин Ярослав Игоревич<br>15. Редькина Елизавета Сергеевна<br>16. Соколов Никита Юрьевич<br>17. Шелупайко Анатолий Михайлович<br>18. Шишкова Анастасия Игоревна |
| 5) | Количество и название дружин (отрядов)                                    | 7<br>Дружина «Бригантина»<br>Дружина-флотилия «Парус»<br>Дружина «Океанская Эскадра»<br>Дружина «Китёнок»<br>Дружина «Тигрёнок»<br>Центр воспитательных технологий «Маяк»<br>Дружина «Галактика»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 6) | Описание спортивных сооружений                                            | Физкультурно-оздоровительный комплекс №1:<br>Построен 29 октября 2003 года.<br>Это двухэтажный многофункциональный спортивный комплекс, являющийся одним из основных мест проведения спортивных и культурных мероприятий Всероссийского детского центра «Океан». Здесь проводятся соревнования по футболу, волейболу,                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

пионерболу, соревнования по игре «снайпер», «Веселые старты», мастер классы, презентации современных видов спорта.

На первом этаже спортивного комплекса располагается большой гардероб, 2 просторные раздевалки, оборудованные душевыми комнатами и большой универсальный зал.

Поле имеет разметки для игры в волейбол, баскетбол, мини-футбол, пионербол.

Для проведения тренировочных занятий и соревнований в комплексе имеются:

- электронное табло,
- музыкальное оборудование,
- мини-футбольные ворота,
- оборудование для баскетбола и волейбола
- другой необходимый инвентарь.

На втором этаже спорткомплекса располагается зал для занятий фитнесом и различными видами танцев.

Светлый и просторный зал оснащён зеркалами, хореографическим станком и современным фитнес оборудованием (гантельный ряд, штанги, степ доски, скакалки, утяжелители для рук и ног, боди-бары амортизирующая резина, коврики для занятий йогой и др.)

Комплекс рассчитан на одновременное посещение занимающихся и может разместить до 100 человек зрителей.

Комплекс укомплектован современной пожарной сигнализацией, системой вентиляции и кондиционирования и оснащен всем необходимым для оказания первой медицинской помощи.

Занятия в группах проводятся в соответствии с утвержденным расписанием, согласно программным требованиям.

Плавательный бассейн:

Сдан 19 февраля 2005 года.

На первом этаже комплекса находится светлый холл с гардеробом для верхней одежды, две просторные раздевалки с отдельными шкафами для переодевания, душевыми, фенами для сушки волос.

Большая чаша бассейна расположена на втором этаже. Оздоровительный бассейн имеет размеры 25х15м и включает в себя:

- 6 дорожек, ширина дорожки 2,5 м;
- глубина в мелкой части – 1,2 м; в глубокой части – 1,8 м;
- четыре лестницы для спуска в воду;
- 6 стартовых тумб для прыжков в воду;
- плиточное покрытие.

По периметру бассейна – обходная дорожка. Вдоль обходной дорожки по наружной стене установлены трибуны для зрителей, которые рассчитаны на 50

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>человек.</p> <p>Расчётная нагрузка на бассейн – 36 человек за одно занятие (6 занятий в сутки). Занятия в группах проводятся в соответствии с утвержденным расписанием и согласно программным требованиям.</p> <p>Температура воды в бассейне – 26 С</p> <p>Температура воздуха в зале бассейна – 28 С</p> <p>При бассейне предусмотрено помещение водоподготовки, осуществляется постоянный автоматизированный контроль качества воды по показателям: активный хлор, pH и температура.</p> <p>В чаше бассейна проводятся соревнования по водным видам спорта, «Веселые старты на воде», занятия по аквааэробике.</p> <p>Комплекс укомплектован современной пожарной сигнализацией, системой вентиляции и оснащён инвентарной, медицинской комнатой со всем необходимым для оказания первой медицинской помощи.</p> <p>Ледовая арена:</p> <p>Сдан 14 февраля 2007 года.</p> <p>На первом этаже располагается просторный гардероб для верхней одежды, основная ледовая арена, раздевалки, душевые, помещение для хранения прокатного инвентаря (ролики, коньки) и другие административно-бытовые помещения. Основная арена оснащена электронным табло, музыкальным оборудованием.</p> <p>На втором этаже спортивного комплекса расположен просторный тренажерный зал и конференц-зал. Тренажерный зал предназначен для занятий общей физической и силовой подготовкой. Зал оснащен современной системой кондиционирования. Она обеспечивает постоянную циркуляцию свежего воздуха, благодаря чему занятия в любое время года проходят с максимальным комфортом. Зал укомплектован тренажерами, а также аудио- и видео оборудованием, что создает отличную атмосферу для тренировочного процесса.</p> <p>«Кардио-зона» тренажёрного зала включает в себя беговую дорожку, эллиптический тренажеры и велотренажеры.</p> <p>«Зона свободных весов» оборудована полным рядом гантелей в диапазоне от 0.5 до 20 кг и штангами. В распоряжении занимающихся имеются универсальные тренажеры для проработки всех групп мышц:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Скамья скотта;</li> <li>• Тяга вертикального блока;</li> <li>• Тяга горизонтального блока;</li> <li>• Гиперэкстензия;</li> <li>• Гакк присед;</li> </ul> |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

- Машина Смита;
- Кроссовер;
- Сгибание ног лежа;
- Бицепс машина;
- Жим ногами;
- Разгибание ног сидя;
- Сгибание ног сидя;
- Сведение ног сидя;
- Разведение ног сидя;
- Стойка для приседаний;
- Глют-машина.

Скамьи для жима лёжа, пресса, гантели, свободные веса, гири в тренажерном зале существует ограничение по количеству занимающихся (не более 15 человек), что позволяет избежать ожиданий и дискомфорта при занятиях. В зале постоянно находятся высококвалифицированные тренеры. Конференц-зал оборудован всем необходимым для занятий интеллектуальными настольными играми (шашки, шахматы, ГО).

В комплексе проводятся соревнования комплекса ГТО, силовому многоборью.

Комплекс укомплектован современной пожарной сигнализацией, системой вентиляции и кондиционирования и оснащен всем необходимым для оказания первой медицинской помощи.

Дворец спорта:

Построен в 2009 году.

Ещё один комплексный, многофункциональный спортивный зал, являющийся одним из основных мест проведения спортивных и культурных мероприятий Всероссийского детского центра «Океан». На базе Дворца спорта регулярно функционируют секции: бадминтон, теннис, настольный теннис, тхэквондо, самбо, чирлидинг.

На первом этаже здания располагаются гардероб для верхней одежды,

2 удобные раздевалки, оборудованные душевыми, большой игровой зал.

Поле имеет разметки для игры в бадминтон, теннис. Теннисный корт оснащен с учетом всех норм и требований с использованием покрытия.

На втором этаже спортивного комплекса имеются:

- малый зал для занятий самбо и тхэквондо оборудован специальным покрытием, макиварами (лапы для отработки ударов), скакалки, набивные мячи.
- малый зал для занятий чирлидингом. Зал застелен специальным покрытием. Имеются маты для занятий, скакалки, утяжелители для рук и ног, набивные мячи.

Все залы соответствуют гигиеническим требованиям

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>и требованиям техники безопасности для данных видов спорта.</p> <p>Во время проведения учебных занятий и соревнований в залах используется музыкальное оборудование.</p> <p>ВДЦ «Океан» активно сотрудничает со спортивными федерациями, совместно проводя соревнования по различным видам спорта.</p> <p>Комплекс укомплектован современной пожарной сигнализацией, системой вентиляции и кондиционирования и оснащен всем необходимым для оказания первой медицинской помощи.</p> <p>Верёвочный парк:</p> <p>Расположен на побережье Японского моря, недалеко от летних дружин. Введён в эксплуатацию в июле 2017 года.</p> <p>Представляет собой комплекс из трёх маршрутов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «детский с сетками» для детей до 12 лет на уровне 1 метр;</li> <li>• «подростковый» для детей от 12 до 16 лет на уровне 3,5 метра;</li> <li>• «семейный» для детей 16–17 лет и взрослых на уровне 6 метров.</li> </ul> <p>Снаряжение обеспечивает безопасное прохождение парка, на протяжении всех маршрутов. Есть непрерывная линия страховки. Также имеется канатный спуск, две уличных дорожки скалодрома и командообразующее препятствие «Лестница Якоба», состоящая из 7 ступеней-брёвен.</p> <p>На территории веревочного парка располагается беседка с помещениями для хранения инвентаря и комната отдыха со всем необходимым для оказания первой медицинской помощи.</p> <p>Квадродром. Картодром:</p> <p>Открытая трасса длиной 400 м. Ширина дорожки 3.5 метра.</p> <p>Картодром представляет собой две асфальтированные площадки, соединение небольших отрезков прямых участков дороги правыми и левыми поворотами.</p> <p>Квадроциклы: 5 (3 18+ больших 2-х местных, 2 маленьких 13+).</p> <p>Дрифткарты: 13 штук (5 для детей от 8 -14 лет, 8 – 14+).</p> <p>На территории квадродрома располагается помещение для переодевания, хранения инвентаря и комната отдыха со всем необходимым для оказания первой медицинской помощи.</p> <p>Рядом с трассой картодрома находится «Музей автостарины под открытым небом», где собрана коллекция машин с 1957 – 1983 г.г. выпуска.</p> <p>Стадион с легкоатлетическими дорожками и полем искусственным покрытием для игры в футбол:</p> |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>Один круг – 250 метров.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 4 дорожки по кругу;</li> <li>• 6 -100м дорожек по прямой;</li> <li>• яма для прыжков в длину;</li> <li>• 2 площадки для проведения ОФП;</li> <li>• Футбольное поле с покрытие искусственная трава;</li> <li>• Крытая Трибуна для зрителей на 300 человек.</li> </ul> <p>Проводятся соревнования по футболу, лёгкой атлетике, эстафеты, лапте, утренние гигиенические зарядки, соревнования по чирлидингу, открытые спортивные массовые мероприятия, мастер-классы.</p> |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

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

|    |                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                    |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1) | <p>Направления или виды планирования работы инструктора по физической культуре (отрядного вожатого) (на смену)</p> | <p>1. Ежедневная зарядка</p> <p>2. Ежедневные спортивные занятия по плану;</p> <p>3. Подготовка и проведение оздоровительных мероприятий</p> <p>4. Организация и проведение конкурсов и соревнований по различным видам спорта</p> |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Таблица 3 – Организация воспитательного процесса

|    |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1) | <p>Описание плана воспитательной работы на смену</p> | <p>Цель:</p> <p>1) Создать условия для оздоровления детей в летний период.</p> <p>2) Создать условия для развития творческих и познавательных способностей детей.</p> <p>Задачи:</p> <p>1. Формирование активной жизненной позиции:</p> <p>1.1. Включение школьников в общественную жизнь.</p> <p>1.2. Формирование основ детского самоуправления, воспитание социальной ответственности.</p> <p>1.3. Воспитание интеллектуальных лидеров, развитие интеллектуальных способностей будущих лидеров</p> <p>2. Формирование положительного отношения к труду, трудолюбию:</p> <p>2.1. Развитие трудовых умений и навыков, ответственного отношения к труду и его результатам.</p> <p>2.2. Популяризация идей добровольного труда (добровольчества)</p> <p>3. Воспитание духовно-нравственных ценностей:</p> <p>3.1. Формирование межкультурных компетенций.</p> <p>3.2. Воспитание ценностного отношения к прекрасному в природе, искусстве, обществе, развитие способности создавать прекрасное; приобщение к культурному наследию</p> |
|----|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Таблица 4 – Организация физкультурно-спортивных мероприятий

|    |                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                          |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1) | Планирование и проведение спортивных мероприятий и подвижных игр в закреплённом отряде (дружине).      | 1. Утренняя зарядка<br>2. «Веселые старты»<br>3. «Океанская спартакиада»<br>4. «Снайпер»<br>5. Спортивные соревнования по различным видам спорта (лапта, волейбол, баскетбол, футбол, настольный теннис, флорбол и т.д.) |
| 2) | Участие в проведении спортивных мероприятий и по общему плану детского оздоровительного лагеря.        | 1. «Веселые старты»<br>2. «Снайпер»<br>3. «Океанская спартакиада»<br>4. Спортивные соревнования по различным видам спорта (лапта, волейбол, баскетбол, футбол, настольный теннис, флорбол и т.д.)                        |
| 3) | Основные формы физкультурно-спортивной (оздоровительной) деятельности в детском оздоровительном лагере | Учебно-тренировочные занятия<br>Спортивно-массовые мероприятия                                                                                                                                                           |

## Раздел 2. План-конспект учебно-тренировочного занятия по виду спорта волейболу, плаванию, бадминтону

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

### 2.1 Расписание занятий

#### РАСПИСАНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ

Расписание тренировочных занятий

| Отряды<br>(дружины) | Дни и часы занятий                   |                                      |                                          |                                      |                                      |         |
|---------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|------------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|---------|
|                     | Понедельник                          | Вторник                              | Среда                                    | Четверг                              | Пятница                              | Суббота |
| Парус               | 09:45-11:10<br>Занятие по волейболу  | 09:45-11:10<br>Занятие по бадминтону |                                          | 09:45-11:10<br>Занятие по плаванию   | 09:45-11:10<br>Курс «Азбука туризма» |         |
| Тигренок            | 11:25-12:50<br>Занятие по бадминтону | 11:25-12:50<br>Занятие по пионерболу | 11:25-12:50<br>Игра по станциям          | 11:25-12:50<br>Занятие по пионерболу | 11:25-12:50<br>Занятие по плаванию   |         |
| Бригантина          | 14:35-16:00<br>Занятие по волейболу  | 14:35-16:00<br>Занятие по плаванию   | 14:35-16:00<br>Соревнования по волейболу | 14:35-16:00<br>Занятие по плаванию   | 14:35-16:00<br>Занятие по бадминтону |         |

### 2.2. Конспекты занятий

#### КОНСПЕКТ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ ПО ВОЛЕЙБОЛУ №1

Группа: Парус

Место проведения: ФОК

Задачи урока:

- 1)Образовательная: Формирование навыка падений волейболиста и игре в защите.
- 2)Развивающая: развитие выносливости и координации.
- 3)Воспитательная: развитие навыков ответственности, взаимопомощи, формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями.
- 4)Оздоровительные: Формирование правильной осанки, Укрепление опорно-двигательного аппарата

Инвентарь: мячи, волейбольная сетка.

| Части занятия                                                                                                    | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Дозировка | Организационно-методические указания                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>П<br/>О<br/>Д<br/>Г<br/>О<br/>Т<br/>О<br/>В<br/>И<br/>Т<br/>Е<br/>Л<br/>Ь<br/>Н<br/>А<br/>Я</p> <p>15 мин</p> | <p>1.Построение;</p> <p>2.Приветствие;</p> <p>3.Сообщение задачи</p> <p>4. ТБ</p> <p>5. Опрос как самочувствие</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 5 мин     | Проверка наличия спортивной формы, у девочек волосы были убраны, во рту нет жевательной резинки. Отсутствие украшения на теле обучающихся |
|                                                                                                                  | <p>Ходьба:</p> <p>1. Руки в стороны, ходьба на носках</p> <p>2. Руки на пояс, ходьба на пятках</p> <p>3. Руки за голову, перекал с пятки на носок</p> <p>Бег:</p> <p>1. Бег сгибая ноги вперед</p> <p>2. Бег сгибая ноги назад</p> <p>3. Галоп правым боком</p> <p>4. Галоп левым боком</p> <p>5. Спортивная ходьба</p> <p>6. Восстановление дыхания</p>                                                                                                                                                       | 1 круг    | Выполняем в умеренном темпе                                                                                                               |
|                                                                                                                  | <p>Разминка на месте:</p> <p>1. И.П, стойка ноги врозь, руки на пояс. 1–2 поворот голову влево, 3–4 вправо</p> <p>2. И.П, стойка ноги врозь, руки на пояс. 1 – наклон головы вперед, 2 – назад, 3 – вправо, 4 – влево</p> <p>3. И.П. – Стойка ноги врозь, руки к плечам. 1–2 круговые движения руками вперед, 3–4 назад</p> <p>4. И.П. – Стойка ноги врозь, руки в сторону. 1–4 поочередные круговые движения рук вперед, 5–8 назад</p> <p>5. И.П. – стойка ноги врозь руки на пояс. 1–4 круговые движения</p> | 2 раза    | Следим за дисциплиной и правильными И.П.                                                                                                  |
|                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 2 раза    | Следим за техникой выполнения задания                                                                                                     |
|                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |           | Плавное выполнения задания                                                                                                                |

|                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                         |                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                | <p>туловищем в правую сторону, 5–8 в левую сторону</p> <p>6. И.П. – Стойка ноги врозь руки на пояс. 1-поворот туловища вправо, 2-И.П, 3-поворот туловища влево, 4-И.П</p> <p>7. И.П. – Стойка ноги врозь, руки на пояс. 1 – выпад правой, 2- И.П, 3- выпад левой, 4- И.П</p> | 2 раза                                  | <p>Не торопимся и не делаем резких движений</p> <p>Выполняем под счёт</p>                                         |
| <p>II</p> <p>О<br/>С<br/>Н<br/>О<br/>В<br/>Н<br/>А<br/>Я</p> <p>55мин</p>                                      | <p>Подводящие упражнения:</p> <p>1.Бросок мяча из за головы двумя руками</p> <p>2. Бросок мяча из-за головы с ударом об пол</p> <p>Игра в волейбол</p>                                                                                                                       | <p>8 раз</p> <p>8 раз</p> <p>40 мин</p> | <p>Постепенное выполнение, без резких движений</p> <p>В промежутке игры давать отдых, подсказывать о переходе</p> |
| <p>III</p> <p>З<br/>А<br/>К<br/>Л<br/>Ю<br/>Ч<br/>И<br/>Т<br/>Е<br/>Л<br/>Ь<br/>Н<br/>А<br/>Я</p> <p>10мин</p> | <p>Построение</p> <p>Расчет</p> <p>Подведение итогов</p>                                                                                                                                                                                                                     | 10 мин                                  |                                                                                                                   |

# КОНСПЕКТ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ ПО ВОЛЕЙБОЛУ №2

Группа: Парус

Место проведения: волейбольная площадка Ледового Дворца

Задачи урока:

- 1)Образовательная: совершенствование техники выполнения верхней прямой подачи.
- 2)Развивающая: развитие мышц тела и координации.
- 3)Воспитательная: развитие навыков ответственности, взаимопомощи, формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями.
- 4)Оздоровительные: формирование правильной осанки, укрепление опорно-двигательного аппарата.

Инвентарь: свисток, мячи, волейбольная сетка.

| Части занятия                                                                                                        | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Дозировка                                 | Организационно-методические указания                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>И</p> <p>П</p> <p>О</p> <p>Д</p>                                                                                  | <p>1.Построение;</p> <p>2.Приветствие;</p> <p>3.Сообщение задачи</p> <p>4. Опрос как самочувствие</p> <p>5. ТБ</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 5 мин                                     | <p>Проверка наличия спортивной формы, у девочек волосы были убраны, во рту нет жевательной резинки.</p> <p>Отсутствие украшения на теле обучающихся</p> |
| <p>Г</p> <p>О</p> <p>Т</p> <p>О</p> <p>В</p> <p>И</p> <p>Т</p> <p>Е</p> <p>Л</p> <p>Ь</p> <p>Н</p> <p>А</p> <p>Я</p> | <p>Ходьба:</p> <p>1. Руки в стороны, ходьба на носках</p> <p>2. Руки на пояс, ходьба на пятках</p> <p>3. Руки за голову, пережат с пятки на носок</p> <p>Бег:</p> <p>1. Бег сгибая ноги вперед</p> <p>2. Бег сгибая ноги назад</p> <p>3. Галоп правым боком</p> <p>4. Галоп левым боком</p> <p>5. Спортивная ходьба</p> <p>6. Восстановление дыхания</p> <p>Разминка на месте:</p> <p>1. И.П, стойка ноги врозь, руки на пояс. 1–2 поворот голову влево, 3–4 вправо</p> | <p>1 круг</p> <p>1 круг</p> <p>2 раза</p> | <p>Выполняем в умеренном темпе</p> <p>Следить за дистанцией и дисциплиной</p> <p>Следим за дисциплиной и правильными И.П.</p>                           |
| 15 мин                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                           |                                                                                                                                                         |

|                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                | <p>2. И.П, стойка ноги врозь, руки на пояс. 1 – наклон головы вперед, 2 – назад, 3 – вправо, 4 – влево</p> <p>3. И.П. – Стойка ноги врозь, руки к плечам. 1–2 круговые движения руками вперед, 3–4 назад</p> <p>4. И.П. – Стойка ноги врозь, руки в сторону. 1–4 поочередные круговые движения рук вперед, 5–8 назад</p> <p>5. И.П. – стойка ноги врозь руки на пояс. 1–4 круговые движения туловищем в правую сторону, 5–8 в левую сторону</p> <p>6. И.П. – Стойка ноги врозь руки на пояс. 1-поворот туловища вправо, 2- И.П, 3-поворот туловища влево, 4- И.П</p> <p>7. И.П. – Стойка ноги врозь, руки на пояс. 1 – выпад правой, 2- И.П, 3- выпад левой, 4- И.П</p> | <p>2 раза</p> <p>2 раза</p> | <p>Следим за техникой выполнения задания</p> <p>Плавное выполнения задания</p> <p>Не торопимся и не делаем резких движений</p> <p>Выполняем под счёт</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <p>II</p> <p>О</p> <p>С</p> <p>Н</p> <p>О</p> <p>В</p> <p>Н</p> <p>А</p> <p>Я</p> <p>55мин</p> | <p>Упражнения для выполнения верхней прямой подачи</p> <p>1.Подача мяча в стену, изменяя расстояние до стены с 3 до 6м.</p> <p>2. Подача мяча в парах (как через сетку, так и не через сетку) меняя расстояние.</p> <p>3. Подача в определенную зону, по заданию учителя.</p> <p>4. Подача мяча в стену – прием снизу – удар в стену</p> <p>Игра в волейбол</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <p>8 раз</p> <p>8 раз</p>   | <p>Техника выполнения верхней прямой подачи</p> <p>Стоя лицом к сетке, мяч удерживается на уровне груди, одна нога впереди. Подбрасывая мяч над правым плечом и несколько перед собой, игрок выполняет замах вверх – назад, прогибается и отводит правое плечо назад – вверх. Удар производится несколько впереди игрока выпрямленной рукой ладонью со сжатыми пальцами.</p> <p>Удар производится несколько впереди игрока выпрямленной рукой ладонью со сжатыми пальцами. При приеме снизу выпрямить руки вперед, принять полуприсед</p> |

|                                                                                                                                                       |                                                          |               |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|---------------|--|
| <p>III</p> <p>З</p> <p>А</p> <p>К</p> <p>Л</p> <p>Ю</p> <p>Ч</p> <p>И</p> <p>Т</p> <p>Е</p> <p>Л</p> <p>Ь</p> <p>Н</p> <p>А</p> <p>Я</p> <p>10мин</p> | <p>Построение</p> <p>Расчет</p> <p>Подведение итогов</p> | <p>10 мин</p> |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|---------------|--|

# КОНСПЕКТ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ ПО ПЛАВАНИЮ №3

Группа: Парус

Место проведения: ФОБ

Задачи урока:

- 1)Образовательная: обучить согласованию движений ног дыхания кролем на спине.
- 2)Развивающая: повышение функциональных возможностей организма, умение согласовывать движение рук и дыхания кролем на груди.
- 3)Воспитательная: воспитывать смелость, решительность.
- 4)Оздоровительные: формирование правильной осанки, укрепление опорно-двигательного аппарата.

Инвентарь: свисток, плавательные доски.

| Части занятия                                                                                      | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Дозировка | Организационно-методические указания                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>П<br/>О<br/>Д<br/>Г<br/>О<br/>Т<br/>О<br/>В<br/>И<br/>Т<br/>Е<br/>Л<br/>Ь<br/>Н<br/>А<br/>Я</p> | <p>1.Построение;<br/>2.Приветствие;<br/>3.Сообщение задачи<br/>4. ТБ<br/>5. Опрос как самочувствие</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 5 мин     | Проверка наличия спортивной формы, у девочек волосы были убраны, во рту нет жевательной резинки. Отсутствие украшения на теле обучающихся                         |
|                                                                                                    | <p>Ходьба:<br/>1. Руки в стороны, ходьба на носках<br/>2. Руки на пояс, ходьба на пятках<br/>3. Руки за голову, перекал с пятки на носок<br/>Бег:<br/>1. Бег сгибая ноги вперед<br/>2. Бег сгибая ноги назад<br/>3. Галоп правым боком<br/>4. Галоп левым боком<br/>5. Спортивная ходьба<br/>6. Восстановление дыхания</p>                                                                   | 1 круг    | Выполняем в умеренном темпе                                                                                                                                       |
|                                                                                                    | <p>Разминка на месте:<br/>1. И.П, стойка ноги врозь, руки на пояс. 1–2 поворот голову влево, 3–4 вправо<br/>2. И.П, стойка ноги врозь, руки на пояс. 1 – наклон головы вперед, 2 – назад, 3 – вправо, 4 – влево<br/>3. И.П. – Стойка ноги врозь, руки к плечам. 1–2 круговые движения руками вперед, 3–4 назад<br/>4. И.П. – Стойка ноги врозь, руки в сторону. 1–4 поочередные круговые</p> | 2 раза    | <p>Следить за дистанцией и дисциплиной</p> <p>Следим за дисциплиной и правильными И.П.</p> <p>Следим за техникой выполнения задания</p> <p>Плавное выполнения</p> |



|                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                          |        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                       | <p>4. Плавание при помощи движений ногами, держа доску обеими руками, вытянутыми вперед (голова между руками)</p> <p>Упражнения в воде без опоры</p> <p>5. Плавание при помощи движений ногами, руки вдоль туловища.</p> | 25 м   | <p>Резко разгибать ноги в коленных суставах, как при ударе по мячу - тогда от стопы на поверхности воды будет появляться пенный след. Все упражнения выполняются на вдохе с произвольным дыханием</p> <p>Движения ногами выполнять с небольшим размахом между стопами, легко, чтобы на поверхности воды оставался пенный след от носков ног; колени не поднимать из воды.</p> |
| <p>III</p> <p>З</p> <p>А</p> <p>К</p> <p>Л</p> <p>Ю</p> <p>Ч</p> <p>И</p> <p>Т</p> <p>Е</p> <p>Л</p> <p>Ь</p> <p>Н</p> <p>А</p> <p>Я</p> <p>10мин</p> | <p>Организованный выход из воды</p> <p>Построение</p> <p>Расчет</p> <p>Подведение итогов</p>                                                                                                                             | 10 мин | <p>Выход из бассейна по лестнице, не толкаясь</p> <p>Оценить работу воспитанников их активность, самостоятельность</p>                                                                                                                                                                                                                                                        |

# КОНСПЕКТ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ ПО ПЛАВАНИЮ №4

Группа: Тигрёнок

Место проведения: ФОБ

Задачи урока:

- 1)Образовательная: обучить согласованию движений рук и дыхания кролем на груди.
- 2)Развивающая: повышение функциональных возможностей организма, умение согласовывать движение рук и дыхания кролем на груди.
- 3)Воспитательная: воспитывать смелость, решительность.
- 4)Оздоровительные: Формирование правильной осанки, укрепление опорно-двигательного аппарата.

Инвентарь: свисток, плавательные доски.

| Части занятия                                                                                                                                            | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Дозировка | Организационно-методические указания                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>I</p> <p>П</p> <p>О</p> <p>Д</p> <p>Г</p> <p>О</p> <p>Т</p> <p>О</p> <p>В</p> <p>И</p> <p>Т</p> <p>Е</p> <p>Л</p> <p>Ь</p> <p>Н</p> <p>А</p> <p>Я</p> | <p>1.Построение;</p> <p>2.Приветствие;</p> <p>3.Сообщение задачи</p> <p>4. ТБ</p> <p>5. Опрос как самочувствие</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 5 мин     | Проверка наличия спортивной формы, у девочек волосы были убраны, во рту нет жевательной резинки. Отсутствие украшения на теле обучающихся |
|                                                                                                                                                          | <p>Ходьба:</p> <p>1. Руки в стороны, ходьба на носках</p> <p>2. Руки на пояс, ходьба на пятках</p> <p>3. Руки за голову, пережат с пятки на носок</p> <p>Бег:</p> <p>1. Бег сгибая ноги вперед</p> <p>2. Бег сгибая ноги назад</p> <p>3. Галоп правым боком</p> <p>4. Галоп левым боком</p> <p>5. Спортивная ходьба</p> <p>6. Восстановление дыхания</p>                                                 | 1 круг    | Выполняем в умеренном темпе                                                                                                               |
|                                                                                                                                                          | <p>Разминка на месте:</p> <p>1. И.П, стойка ноги врозь, руки на пояс. 1–2 поворот голову влево, 3–4 вправо</p> <p>2. И.П, стойка ноги врозь, руки на пояс. 1 – наклон головы вперед, 2 – назад, 3 – вправо, 4 – влево</p> <p>3. И.П. – Стойка ноги врозь, руки к плечам. 1–2 круговые движения руками вперед, 3–4 назад</p> <p>4. И.П. – Стойка ноги врозь, руки в сторону. 1–4 поочередные круговые</p> | 1 круг    | Следить за дистанцией и дисциплиной                                                                                                       |
|                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 2 раза    | Следим за дисциплиной и правильными И.П.                                                                                                  |
| 15 мин                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |           | Следим за техникой выполнения задания                                                                                                     |
|                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |           | Плавное выполнения                                                                                                                        |

|                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                | <p>движения рук вперед, 5–8 назад</p> <p>5. И.П. – стойка ноги врозь руки на пояс. 1–4 круговые движения туловищем в правую сторону, 5–8 в левую сторону</p> <p>6. И.П. – Стойка ноги врозь руки на пояс. 1-поворот туловища вправо, 2-И.П, 3-поворот туловища влево, 4-И.П</p> <p>7. И.П. – Стойка ноги врозь, руки на пояс. 1 – выпад правой, 2- И.П, 3- выпад левой, 4- И.П</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <p>2 раза</p> <p>2 раза</p>         | <p>задания</p> <p>Не торопимся и не делаем резких движений</p> <p>Выполняем под счёт</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p>II</p> <p>О</p> <p>С</p> <p>Н</p> <p>О</p> <p>В</p> <p>Н</p> <p>А</p> <p>Я</p> <p>55мин</p> | <p>Упражнения в воде с неподвижной опорой</p> <p>1. И.п. – узкая стойка ноги врозь, левая рука на бортике, голова повернута в сторону правой руки.</p> <p>1 – вдох, опустить лицо в воду</p> <p>2 – гребок правой рукой - выдох</p> <p>3 – вдох, опустить лицо в воду</p> <p>4 - гребок правой рукой - выдох</p> <p>2. И.п. – стойка ноги врозь, правая рука на бортике, голова повернута в сторону левой руки.</p> <p>1 – вдох, опустить лицо в воду</p> <p>2 – гребок левой рукой - выдох</p> <p>3 – вдох, опустить лицо в воду</p> <p>4 – гребок левой рукой - выдох</p> <p>Упражнения в воде с подвижной опорой</p> <p>3. Плавание при помощи движений правой руки в согласовании с дыханием, держа левую руку впереди, доска между ног.</p> <p>4. Плавание при помощи движений левой руки в согласовании с дыханием, держа правую руку впереди, доска между ног.</p> <p>Упражнения в воде без опоры</p> <p>5. Плавание при помощи поочередных движений руками кролем в согласовании с дыханием (руки вытянуты вперед). Нога на ногу.</p> <p>6. Плавание при помощи поочередных движений руками кролем в согласовании с дыханием (руки вытянуты вперед). Нога на ногу.</p> | <p>25 м</p> <p>25 м</p> <p>25 м</p> | <p>Поворот головы для вдоха выполняется в сторону работающей руки; вдох осуществляется в момент выхода руки из воды.</p> <p>Обе руки вытянуты вперед, сначала гребок левой, вернуться в и.п., потом гребок левой, итак по очереди. Вдох под правую руку.</p> <p>Обе руки вытянуты вперед, сначала гребок правой, вернуться в и.п., потом гребок левой, итак по очереди. Вдох под левую руку</p> <p>Движения рук по очереди, Вдох под правую руку</p> <p>Не заваливать плечи</p> <p>Движения рук по очереди, Вдох под правую руку</p> <p>Не заваливать плечи</p> |
| III                                                                                            | Организованный выход из воды                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 10 мин                              | Выход из бассейна по                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

|                                                                                                     |                                                          |  |                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>З<br/>А<br/>К<br/>Л<br/>Ю<br/>Ч<br/>И<br/>Т<br/>Е<br/>Л<br/>Ь<br/>Н<br/>А<br/>Я</p> <p>10мин</p> | <p>Построение</p> <p>Расчет</p> <p>Подведение итогов</p> |  | <p>лестнице, не толкаясь</p> <p>Оценить работу воспитанников их активность, самостоятельность</p> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------|

# КОНСПЕКТ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ ПО БАДМИНТОНУ №5

Группа: Бригантина

Место проведения: Дворец спорта

Задачи:

- 1) Образовательная: обучить подачам в бадминтоне – открытой; обучить высоко и низкой подаче; совершенствовать технику игры в бадминтон.
- 2) Развивающая: развивать координацию и скорость движений
- 3) Воспитательная: формировать внимания, настойчивость, целеустремленность.
- 4) Оздоровительная: Укрепление здоровья обучающихся посредством развития скоростных и координационных качеств

Инвентарь: свисток, ракетки, воланы, сетка

| Части занятия                                                                                                    | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Дозировка            | Организационно-методические указания                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>П<br/>О<br/>Д<br/>Г<br/>О<br/>Т<br/>О<br/>В<br/>И<br/>Т<br/>Е<br/>Л<br/>Ь<br/>Н<br/>А<br/>Я</p> <p>15 мин</p> | <p>1.Построение;<br/>2.Приветствие;<br/>3.Сообщение задачи<br/>4. ТБ<br/>5. Опрос как самочувствие</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 5 мин                | Проверка наличия спортивной формы, у девочек волосы были убраны, во рту нет жевательной резинки. Отсутствие украшения на теле обучающихся                         |
|                                                                                                                  | <p>Ходьба:<br/>1. Руки в стороны, ходьба на носках<br/>2. Руки на пояс, ходьба на пятках<br/>3. Руки за голову, перекал с пятки на носок<br/>Бег:<br/>1. Бег сгибая ноги вперед<br/>2. Бег сгибая ноги назад<br/>3. Галоп правым боком<br/>4. Галоп левым боком<br/>5. Спортивная ходьба<br/>6. Восстановление дыхания</p>                                                                   | 1 круг               | Выполняем в умеренном темпе                                                                                                                                       |
|                                                                                                                  | <p>Разминка на месте:<br/>1. И.П, стойка ноги врозь, руки на пояс. 1–2 поворот голову влево, 3–4 вправо<br/>2. И.П, стойка ноги врозь, руки на пояс. 1 – наклон головы вперед, 2 – назад, 3 – вправо, 4 – влево<br/>3. И.П. – Стойка ноги врозь, руки к плечам. 1–2 круговые движения руками вперед, 3–4 назад<br/>4. И.П. – Стойка ноги врозь, руки в сторону. 1–4 поочередные круговые</p> | 1 круг<br><br>2 раза | <p>Следить за дистанцией и дисциплиной</p> <p>Следим за дисциплиной и правильными И.П.</p> <p>Следим за техникой выполнения задания</p> <p>Плавное выполнения</p> |



# КОНСПЕКТ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ ПО БАДМИНТОНУ №6

Группа: Парус

Место проведения: Дворец спорта

Задачи:

- 1) Образовательная: Обучение ударов в бадминтоне; совершенствовать технику игры в бадминтон.
- 2) Развивающая: развивать координацию и скорость движений
- 3) Воспитательная: формировать внимательность и концентрацию во время игры, Укрепление здоровья обучающихся посредством развития скоростных и координационных качеств
- 4) Оздоровительная: Укрепление здоровья обучающихся посредством развития скоростных и координационных качеств

Инвентарь: свисток, ракетки, воланы, сетка

| Части занятия                                                                                                    | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Дозировка | Организационно-методические указания                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>П<br/>О<br/>Д<br/>Г<br/>О<br/>Т<br/>О<br/>В<br/>И<br/>Т<br/>Е<br/>Л<br/>Ь<br/>Н<br/>А<br/>Я</p> <p>15 мин</p> | <p>1. Построение;</p> <p>2. Приветствие;</p> <p>3. Сообщение задачи</p> <p>4. ТБ</p> <p>5. Опрос как самочувствие</p>                                                                                                                                                                                                                                    | 5 мин     | Проверка наличия спортивной формы, у девочек волосы были убраны, во рту нет жевательной резинки. Отсутствие украшения на теле обучающихся |
|                                                                                                                  | <p>Ходьба:</p> <p>1. Руки в стороны, ходьба на носках</p> <p>2. Руки на пояс, ходьба на пятках</p> <p>3. Руки за голову, перекал с пятки на носок</p> <p>Бег:</p> <p>1. Бег сгибая ноги вперед</p> <p>2. Бег сгибая ноги назад</p> <p>3. Галоп правым боком</p> <p>4. Галоп левым боком</p> <p>5. Спортивная ходьба</p> <p>6. Восстановление дыхания</p> | 1 круг    | Выполняем в умеренном темпе                                                                                                               |
|                                                                                                                  | <p>Разминка на месте:</p> <p>1. И.П, стойка ноги врозь, руки на пояс. 1–2 поворот голову влево, 3–4 вправо</p> <p>2. И.П, стойка ноги врозь, руки на пояс. 1 – наклон головы вперед, 2 – назад, 3 – вправо, 4 – влево</p> <p>3. И.П. – Стойка ноги врозь, руки к плечам. 1–2 круговые движения</p>                                                       | 2 раза    | Следим за дистанцией и дисциплиной<br><br>Следим за дисциплиной и правильными И.П.<br><br>Следим за техникой выполнения задания           |

|                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                       | <p>руками вперед, 3–4 назад</p> <p>4. И.П. – стойка ноги врозь руки на пояс. 1–4 круговые движения туловищем в правую сторону, 5–8 в левую сторону</p> <p>5. И.П. – Стойка ноги врозь руки на пояс. 1-поворот туловища вправо, 2-И.П, 3-поворот туловища влево, 4-И.П</p> <p>6. И.П. – Стойка ноги врозь, руки на пояс. 1 – выпад правой, 2- И.П, 3- выпад левой, 4- И.П</p>                                                                                                          | <p>2 раза</p> <p>2 раза</p> | <p>Плавное выполнения задания</p> <p>Не торопимся и не делаем резких движений</p> <p>Выполняем под счёт</p>                                                                                                                                                     |
| <p>II</p> <p>О</p> <p>С</p> <p>Н</p> <p>О</p> <p>В</p> <p>Н</p> <p>А</p> <p>Я</p> <p>55мин</p>                                                        | <p>1. Вытянуть руки вперед и перебросить волан из правой руки в левую и обратно.</p> <p>2. Подбросить волан вверх и поймать обеими руками.</p> <p>3. Подбросить волан вверх. Пока волан летит, хлопнуть в ладоши и поймать волан.</p> <p>4. Подбросить волан вверх, повернуться вокруг себя на 360 градусов и поймать волан.</p> <p>5. Подбросить волан вверх и поймать одной рукой</p> <p>6. Подбросить волан левой рукой, а поймать правой. И наоборот.</p> <p>Игра в бадминтон</p> | <p>10 раз</p> <p>40 мин</p> | <p>Возможные ошибки:</p> <p>-держат ракетку слишком близко к стержню или обхватывают ладонью конец ручки;</p> <p>-неправильный хват ракетки;</p> <p>-ракетка находится на уровне головы и выше, а не на уровне пояса;</p> <p>-слишком высоко поднят локоть;</p> |
| <p>III</p> <p>З</p> <p>А</p> <p>К</p> <p>Л</p> <p>Ю</p> <p>Ч</p> <p>И</p> <p>Т</p> <p>Е</p> <p>Л</p> <p>Ь</p> <p>Н</p> <p>А</p> <p>Я</p> <p>10мин</p> | <p>Организационная уборка инвентаря</p> <p>Опрос обучающихся о состоянии после урока, какие эмоции после урока, были ли травмы получены на занятии о которых не сообщили.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <p>10 мин</p>               | <p>Разбор и анализ занятия.</p> <p>Дать самооценку участия в соревнованиях отметить лучших учеников</p>                                                                                                                                                         |

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

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

#### 3.1 План спортивно-массовой работы на период смены

##### ПЛАН СПОРТИВНО-МАССОВОЙ РАБОТЫ

| №  | Перечень мероприятий                                                    |
|----|-------------------------------------------------------------------------|
| 1  | Время спорта                                                            |
| 2  | «Азбука туризма»                                                        |
| 3  | «Все на мяч»                                                            |
| 4  | «Маленькими шагами к большим победам»                                   |
| 5  | «Гимнастика для ума»                                                    |
| 6  | Мастер-класс по мини-футболу                                            |
| 7  | «Веселые старты»                                                        |
| 8  | Зарядка «Мы вместе!»                                                    |
| 9  | Интеллектуальная викторина «ПроФутбол»                                  |
| 10 | Игры по станциям «Если хочешь, будь здоров!»                            |
| 11 | Соревнований по пионерболу, флорболу, мини-футболу, снайперу, лазертагу |
| 12 | Интеллектуальная викторина «Герои спорта»                               |
| 13 | «Решающий гол»                                                          |
| 14 | «Познай себя»                                                           |
| 15 | Спортивное шоу «Звездный старт»                                         |
| 16 | Спортивное шоу «Звезды футбола»                                         |
| 17 | Туристическая игра «12 записок»                                         |
| 18 | «Океанские гонки»                                                       |
| 19 | Спартакиады                                                             |

### 3.2 Положение спортивно-массового мероприятия

#### ПОЛОЖЕНИЕ

##### «Веселые старты»

---

название мероприятия (соревнования)

1. Цель: Популяризация физической культуры, массового спорта и активного отдыха обучающихся. Воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи, самодисциплины, воли и внимания.

#### Задачи

- развитие коллективизма, взаимопомощи, нестандартного мышления в команде;
  - развитие многосторонности личности в ходе выполнения заданий, формирование привычек здорового образа жизни;
  - укрепление здоровья, формирование и развитие физических качеств детей
2. Место проведения мероприятия (соревнования): ВДЦ «Океан» г.Владивосток, ул. Артековская, 10, «Физкультурно-Оздоровительный комплекс» (ФОК)
3. Руководство мероприятием (соревнованием): Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение «Всероссийский детский центр Океан»
4. Участники мероприятия (соревнования): Дружина «Парус», учащиеся от 14-15 лет, имеющие медицинское заключение о допуске к соревнованиям, медицинскую страховку, заявку. Количество участников (состав команды): 10 человек (5 юношей + 5 девушек). Принимать участие будет 5 команд. Присутствие руководителя команды на спортивном мероприятии обязательно.
5. Программа мероприятия (соревнования): Программа спортивного мероприятия включает в себя различные конкурсы и эстафеты. Такие как: «Разминка», «Колобок», «Змея», «Спина товарища», «Гонка на трехногих лошадях», «Цепи», «Кот в мешке».
6. Определение победителей: За каждую эстафету команды набирают баллы. Кто набрал наибольшее количество баллов, та команда и становится победителем.
7. Награждение победителей: Команды, занявшие 1-е, 2-е, 3-е места награждаются дипломами и медалями. Остальные команды награждаются грамотами.

### 3.3 Отчет о проведении спортивно-массового мероприятия

#### ОТЧЕТ

о проведении спортивно-массового мероприятия

1. Время проведения: 16:40-18:00

2. Место проведения: ВДЦ «Океан» г. Владивосток, ул. Артековская, 10, ФОК

3. Инвентарь и оборудование: свисток, эстафетная палочка, волейбольный мяч, футбольный мяч, конусы, фишки, ракетки и воланы.

#### 4. Цель и задачи мероприятия (соревнования)

Цель: популяризация физической культуры, массового спорта и активного отдыха студентов, формирование здорового образа жизни, повышение социальной активности и укрепления здоровья учащихся, приобщение их к физической культуре как составному элементу общенациональной культуры.

Задачи:

- Укрепление здоровья
- Дружеские взаимоотношения друг с другом
- Формирование жизненно - важных прикладных умений и навыков
- Совершенствование двигательных навыков во время проведения состязаний
- Выявление сильнейших

5. Участники мероприятия (соревнования): Дружина «Парус», учащиеся от 14-15 лет, имеющие медицинское заключение о допуске к соревнованиям, медицинскую страховку, заявку. Количество участников (состав команды): 10 человек (5 юношей + 5 девушек). Принимать участие будет 5 команд. Присутствие руководителя команды на спортивном мероприятии обязательно.

6. Судейская коллегия: Голованова А.Ю, Шишкова А.И.

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

8. Общее количество участников: 50 человек

9. Уровень показанных результатов: повышение социальной активности и укрепления здоровья учащихся, приобщение их к физической культуре как составному элементу общенациональной культуры

10. Описание хода мероприятия (соревнования): Программа спортивного мероприятия включает в себя различные конкурсы и эстафеты. Такие как: «Разминка», «Колобок», «Змея», «Спина товарища», «Гонка на трехногих лошадях», «Цепи», «Кот в мешке».

Самоанализ: Будучи на данном мероприятии в роли ассистента мною выполнялись следующие функции:

Показ проведение эстафеты

Помощь командам

Проводя субъективный анализ своей работы, могу отметить, что несмотря на имеющиеся недостатки, в целом работа была выполнена отлично.

## Раздел 4. Судейство соревнований по виду спорта

### 4.1 Положение о проведении соревнования по виду спорта

#### ПОЛОЖЕНИЕ

#### Соревнования по волейболу

название соревнования

##### 1. Цель, задачи

Цель: укрепления здоровья и содействия развитию физических способностей участников.

Задачи:

- привлечение обучающихся к занятиям физической культурой и спортом;
- популяризация волейбола как вида спорта среди обучающихся;
- улучшение физической и технической подготовки.

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

3. Руководство соревнованием: Общее руководство проведением соревнований осуществляет Центр. Судейство соревнований и жеребьёвку команд осуществляет отдел спортивной работы управления физической культуры, спорта и туризма и главный судья соревнований.

4. Участники соревнования: Дружина «Парус»

5. Программа соревнования:

- Построение команд
- Знакомство с судейской коллегией
- Разминка команд
- Жеребьевка
- Проведение 2 партий
- Подведение итогов: выявление победителей игры

6. Определение победителей: так как это игра считалась промежуточной в турнире, проходящему по круговой системе, то победитель игры определялся по количеству выигранных партий, партия считалась выигранной, когда команда набирала 25 очков.

7. Награждение победителей: так как это игра считалась промежуточной в турнире, то награждение победителей не проводилось, оно будет проходить после проведения всех игр турнира и подведения итогов

## 4.2 Отчет о проведении соревнования

### ОТЧЕТ

о проведении соревнования

по волейболу

1. Время проведения: 16:40-18:00

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

3. Инвентарь и оборудование: волейбольный мяч, волейбольная сетка, свисток.

4. Цель и задачи мероприятия (соревнования):

Цель: укрепления здоровья и содействия развитию физических способностей участников.

Задачи:

- привлечение обучающихся к занятиям физической культурой и спортом;
- популяризация волейбола как вида спорта среди обучающихся;
- улучшение физической и технической подготовки.

5. Участники мероприятия (соревнования) : Дружина «Парус», соревнования проводятся среди женских и мужских команд. Количество участников (состав команды) – 10 человек (6 игроков + 4 запасных).

6. Судейская коллегия: Главный судья соревнований – Четырин Сергей Александрович

7. Определение и награждение победителей: По итогам соревнований команда победителей награждается кубками, медалями и дипломами Центра, команды призеров медалями и дипломами.

8. Общее количество участников: 40 человек

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

10. Описание хода мероприятия (соревнования): Матч играется до победы одной команды в двух партиях, то есть. минимально сыграно может быть две партии (счёт 2 – 0), максимально может быть сыграно три партии (счёт 2 – 1). Партии играют до 25 очков, набранных одной из команд (третья партия до 15 очков). Команде может быть присуждено техническое поражение в следующих случаях:

- опоздание участников на игру более чем на 5 минут;
- неявка участников на игру без предупреждения и уважительной причины;
- при нахождении на поле менее 6 игроков.

Самоанализ: на данном мероприятии я была назначена помощником судьи. Судейские ошибки отсутствовали, также, как и конфликты на площадке между членами судейской коллегии и участниками мероприятия. Соревнования прошли на достойном и зарядили ребят на дальнейшую активность.

## Раздел 5. Результаты психолого-педагогических исследований занимающихся «Дружина Парус»

В ходе всей смены мы провели психолого-педагогические исследования отдельных занимающихся. По результатам первичной диагностики в организационный период смены была составлена характеристика на выбранный отряд в летнем оздоровительном лагере.

- Кроме характеристики, представляются рабочие отчетно-аналитические материалы по 2 инвариантным методикам, 1 вариативной методике.
- Рабочие материалы исследований (*протоколы наблюдений, бесед, рисунки детей и т.п.*).
- Количественный анализ результатов - таблицы (матрицы) обработанных материалов с включением всех занимающихся отряда.
- Качественный анализ результатов, выводы, задачи по коррекции деятельности отряда, вожатого, коррекции личности отдельных занимающихся.

### 5.1 Результаты исследования инвариантной методики отряда «Дружина Парус»

Психолого-педагогические исследовательские материалы по изучению личности воспитанника и отряда представлены по инвариантным методикам (№1-2) материалы следующего характера:

- обработанные материалы, т.е. таблицы, с показателями по всему отряду;
- анализ результатов, выводы по результатам с задачами по коррекции жизнедеятельности отряда и развитию личности.

#### **Описание инвариантной методики**

**№ 1. Игра "Цветик-семицветик"** (инвариантная методика для младших школьников и подростков).

*Цель:* определить направленность потребностей, устремлений ребенка, его желаний.

Ребятам читается (рассказывается, напевадается) сказка В. Катаева "Цветик-семицветик". Возможен просмотр инсценировки, мультфильма или диафильма. Каждому ребёнку вручается сделанный из бумаги цветик-семицветик и предлагается "встать на место девочки Жени", проговорить или записать желания на лепестках цветка. Часть лепестков с желаниями дети могут передать тому, кому они адресованы. Можно задание конкретизировать: написать желание для себя, для своих родных и близких, для друзей, для всех людей. Дети вправе выбрать, как распределить свои желания.

Обработать результаты можно следующим образом:

1. Выписать желания детей, суммируя повторяющиеся или близкие по смыслу.
2. Сгруппировать:
  - а) материальные (вещи, игрушки...);
  - б) нравственные (иметь животных...);
  - в) познавательные (научиться чему-либо, стать кем-то...);

г) разрушительные (сломать, выбросить).

**Результаты изучения направленности потребностей, устремлений ребенка, его желаний.**

| № | Желания<br>Списки<br>занимающихся | Материальные                                                 | Нравственные                                | Познавательные                                                     | Разрушительные                       | Выводы                                                                            |
|---|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Калюжная<br>Варя                  | Велосипед                                                    | Заниматься<br>волонтерской<br>деятельностью | Стать<br>чемпионом по<br>велоспорту                                | Старые учебники                      | В большей<br>степени<br>интересуется<br>материальным<br>и желаниями               |
| 2 | Бондаренко<br>Милана              | Картина по<br>номерам                                        | Иметь собаку                                | Изучение<br>живописи                                               | Сломанные<br>гаджеты                 | Имеет<br>познавательну<br>ю цель и<br>материальные<br>желания                     |
| 3 | Погребенная<br>София              | IPHONE 15<br>PRO                                             | Беречь<br>природу                           | Стать<br>программистом                                             | Старые<br>школьные<br>принадлежности | Хочет<br>домашнее<br>животное и<br>исполнение<br>своих<br>материальных<br>желаний |
| 4 | Мирошниченко<br>Роман             | Игровой<br>компьютер                                         | Иметь кролика                               | Изучение<br>программирован<br>ия и создания<br>компьютерных<br>игр | Старые тетради                       | Имеет<br>материальное,<br>познавательн<br>ое и<br>нравственное<br>желание         |
| 5 | Сверидов<br>Богдан                | Колонка JBL                                                  | Помогать<br>приютам для<br>животных         | Стать<br>музыкантом                                                | Детские игрушки                      | Хочет<br>домашнее<br>животное и<br>исполнение<br>своих<br>материальных<br>желаний |
| 6 | Чекулаев Лев                      | Ноутбук                                                      | Иметь хомяка                                | Работа с<br>деревом и<br>создание<br>простых<br>изделий            | -                                    | Имеет<br>материальное,<br>познавательн<br>ое и<br>нравственное<br>желание         |
| 7 | Барахтенко<br>Владимир            | Велотренажёр                                                 | Беречь<br>природу                           | Стать тренером<br>в фитнес-клубе                                   | Старые<br>школьные<br>тетради        | Хочет<br>исполнения<br>материальных<br>желаний и<br>познавательну<br>ю цель       |
| 8 | Чирухин<br>Всеволод               | 3D принтер для<br>создания своих<br>собственных<br>игрушек и | Заниматься<br>волонтерской<br>деятельностью | Знакомство с<br>астрономией и<br>наблюдение за<br>звёздами         | Старую одежду                        | Имеет<br>познавательну<br>ю цель и<br>нравственное                                |

|    |                 | предметов  |                        |                                            |                  | желание                                                  |
|----|-----------------|------------|------------------------|--------------------------------------------|------------------|----------------------------------------------------------|
| 9  | Журавлева Ева   | Умные часы | Помогать пожилым людям | Обучать пожилых людей новым ИТ-технологиям | Старые кроссовки | Хочет домашнее животное                                  |
| 10 | Тарико Тимур    | Ролики     | Заботиться о животных  | Изучать животный мир                       | Старые гаджеты   | Хочет исполнение материального и разрушительного желания |
|    | Итог по отряду: | 10         | 10                     | 10                                         | 9                | 10                                                       |

### Описание инвариантной методики

**№ 2. Методика изучения удовлетворенности подростка жизнью в лагере (вариант - для основного периода смены).**

Подросткам предлагается прочитать утверждения и оценить степень согласия с их содержанием по следующей шкале:

- 4 балла - совершенно согласен,
- 3 балла - согласен,
- 2 балла - трудно сказать,
- 0 балл - не согласен,
- 0 баллов - совершенно не согласен.

Утверждения:

1. Я жду наступление нового дня в лагере с радостью.
2. В детском лагере у меня обычно хорошее настроение.
3. В нашем отряде хорошие вожатые.
4. Ко всем взрослым в нашем лагере можно обратиться за советом и помощью в любое время.
5. У меня есть любимый взрослый в детском лагере.
6. В отряде я всегда могу свободно высказывать свое мнение.
7. Я считаю, что в нашем лагере созданы все условия для развития моих способностей.
8. У меня есть любимое занятие в детском лагере.

Подсчет:  $Y = \text{общая сумма баллов} / \text{общее количество ответов}$

$Y > 3$  - высокая степень удовлетворенности;

$2 < Y < 3$  - средняя степень;

$Y < 2$  - низкая степень удовлетворенности.

**Таблица результатов изучения удовлетворенности подростка жизнью в лагере**

| № | Результаты          | Общая сумма баллов и степень удовлетворённости | Выводы и примечания по занимаемому |
|---|---------------------|------------------------------------------------|------------------------------------|
|   | Список занимающихся |                                                |                                    |
| 1 | Калюжная Варя       | 32                                             | Высокая степень                    |

|    |                     |     |                                      |
|----|---------------------|-----|--------------------------------------|
| 2  | Бондаренко Милана   | 22  | Средняя степень                      |
| 3  | Погребенная София   | 26  | Средняя степень                      |
| 4  | Мирошниченко Роман  | 32  | Высокая степень                      |
| 5  | Сверидов Богдан     | 22  | Средняя степень                      |
| 6  | Чекулаев Лев        | 27  | Средняя степень                      |
| 7  | Барахтенко Владимир | 32  | Высокая степень                      |
| 8  | Чирухин Всеволод    | 24  | Средняя степень                      |
| 9  | Журавлева Ева       | 25  | Средняя степень                      |
| 10 | Тарико Тимур        | 30  | Высокая степень                      |
|    | Итого по отряду:    | 272 | Средняя степень<br>удовлетворенности |

## 5.2 Результаты исследования вариантной методики отряда «Дружина Парус»

Психолого-педагогические исследовательские материалы по изучению личности воспитанника и отряда представлены по вариантным методикам (№1-2) материалы следующего характера:

- обработанные материалы, т.е. таблицы, с показателями по всему отряду;
- анализ результатов, выводы по результатам с задачами по коррекции жизнедеятельности отряда и развитию личности.

### Описание вариантной методики

#### № 1. Игра «Мишени»

**Цель:** Данная игровая методика нацелена на определении коллективистской (индивидуалистической) направленности личности.

Информация о данной направленности поможет вожатому определить расположенность ребенка к групповому взаимодействию, уровень его социальности, т.е. развитости чувства МЫ, товарищества, ориентации на ценности группы, умение разумно соотнести, а иногда и подчинить личные интересы групповым.

Организация игры. Устанавливаются две мишени; между отрядами и его членами организуется отрядное и личное первенство. Попадание в цель приносит одно очко: в личный счет — мишень слева, в счет — отряда — мишень справа. Каждый член отряда бросает мяч 10 раз в ту мишень, которую выбирает сам (ребёнок по своему усмотрению из 10 бросков несколько бросков может делать в одну, несколько бросков - в другую мишень, общее количество бросков - 10). Если мяч не попал в мишень, то соревнующийся должен указать жюри, за чей счет снять очко: за его личный счет или за счет отряда (решение сообщается жюри так, чтобы отряд не знал о нем).

Обработка данных. Подсчитывается число очков, набранных ребенком в личный счет и в счет отряда. По этим данным вожатый может судить о коллективистской или индивидуалистической направленности личности.

Результаты занести в таблицу.

**Результаты изучения направленности личности детей отряда (указать название отряда)**

| №  | Результаты<br><i>Список занимающихся</i> | Число очков,<br>набранных ребенком<br>в личный счет | Число очков,<br>набранных ребенком<br>в счет отряда | Выводы<br>и примечания                                                                          |
|----|------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | Калюжная Варя                            | 2                                                   | 3                                                   | Выставила приоритет в пользу команды                                                            |
| 2  | Бондаренко Милана                        | 5                                                   | 1                                                   | Целью было набрать очки для себя                                                                |
| 3  | Погребенная София                        | 3                                                   | 4                                                   | Старалась помочь команде, проявляла активность и заинтересованность                             |
| 4  | Мирошниченко Роман                       | 1                                                   | 1                                                   | Отсутствовала мотивация и цель                                                                  |
| 5  | Сверидов Богдан                          | 4                                                   | 0                                                   | Проявлял активность, но в личный зачет                                                          |
| 6  | Чекулаев Лев                             | 5                                                   | 1                                                   | Баловался и старался пополнить свой личный счет очков                                           |
| 7  | Барахтенко Владимир                      | 3                                                   | 3                                                   | Сохранял нейтралитет, работал для себя и для команды                                            |
| 8  | Чирухин Всеволод                         | 3                                                   | 1                                                   | Не проявлял заинтересованность в плане команды                                                  |
| 9  | Журавлева Ева                            | 1                                                   | 1                                                   | Отсутствовало желание, и мотивация участвовать                                                  |
| 10 | Тарико Тимур                             | 4                                                   | 6                                                   | Активно принимал участие как за команду, так и за себя                                          |
|    | Итог по отряду:                          | 31                                                  | 21                                                  | Дети в большей степени играли на себя, хотя командная работа также имела место быть на площадке |

## Раздел 6. Разработка электронных постеров по результатам исследований в физическом воспитании

Целью выполнения данного задания является разработка электронных постеров и тезисов доклада по теме: «Воспитание способности к командному взаимодействию у обучающихся 14-15 лет на уроках по физической культуре с использованием средств спортивных игр».

### Задачи исследования:

- 1) Разработать тезисы доклада по результатам исследования.
- 2) Разработать электронные постеры по результатам исследования.

### 6.1 Тезисы доклада по результатам исследования

#### Требования к содержанию постера

- Воспитание способности к командному взаимодействию у обучающихся 14-15 лет на уроках по физической культуре с использованием средств спортивных игр
- Автор: Кулешова Любовь Александровна
- Учреждение: Владивостокский государственный университет, Институт физической культуры и спорта
- Группа: БПО-22-ФК1
- Курс: 3
- Город: Владивосток
- Страна: Россия

Мы разработали тезисы по результатам исследования.

#### Доклад

по теме «Воспитание способности к командному взаимодействию у обучающихся 14–15 лет на уроках по физической культуре с использованием средств спортивных игр»

(название темы)

#### План доклада:

- Актуальность исследования: участие в командах дает возможность подросткам проявлять лидерские качества и брать на себя ответственность за общие результаты. Это помогает им развивать навыки управления и принимать важные решения.

Спортивные игры способствуют формированию дружеских отношений и укреплению социальных связей между подростками.

- Цель исследования: обоснование содержания педагогических условий, направленных на развитие командного взаимодействия на уроках по физической культуре учащихся 14-15 лет средствами спортивных игр

- Задачи исследования

1. Выявить основные направления и содержание условий развития спортивного взаимодействия на уроках по физической культуре учащихся 14-15 лет средствами спортивных игр
2. Определить, систематизировать, и описать ключевые условия развития командного взаимодействия на уроках по физической культуре учащихся 14-15 лет средствами спортивных игр.
3. Разработать и внедрить педагогические условия по развитию командного взаимодействия на уроках по физической культуре учащихся 14-15 лет средствами спортивных игр.

- Результаты исследования могут быть полезны:

Учитель может внедрить элементы кооперативного обучения. Задания, которые требуют совместной работы, способствуют развитию навыков коммуникации и сотрудничества. Например, можно предложить учащимся разработать стратегию игры в командном формате.

- Заключение/выводы: таким образом, спортивные игры являются незаменимым инструментом формирования командного взаимодействия среди школьников. Их использование в образовательной практике способствует развитию физической, эмоциональной и социальной сфер учащихся, позволяет воспитывать в них ответственность, дисциплину и способность работать в коллективе.

- Список литературы:

1. Бабушкин Г.Д., Яковлев Б.П. Психология физического воспитания и спорта Учебник для бакалавров. – Саратов: СГУ, 2023. – 544 с.
2. Официальный ВФВ
3. Основные правила игры в футболе
4. Российская Федерация баскетбола
5. Наматова К.В. История развития волейбола в мире // Студенческий. 2024. № 10-2 (264). С. 22-23.
6. Зарубин Д.А., Хабибуллин И.М. История возникновения и развития футбола // Тенденции развития науки и образования. 2023. № 97-3. С. 182-185.

7. Артеменко Д.А. Занятия по волейболу в школе как средство повышения уровня соматического здоровья / В сборнике: Физкультурно-оздоровительная деятельность и социализация молодежи в современном обществе. Материалы VII международной научно-практической конференции. 2023. С. 6-8.

8. Широкова А.А. Отечественная практика ученического самоуправления в XX веке: история становления и развития // Ученые записки НТГСПИ. Серия: Педагогика и психология. - 2022. - № 4. - С. 86-96.

9. Кабирова А.А., Сивков В.А. Командообразование у девочек 10-12 лет на занятиях по чирлидингу / В сборнике: Физическая культура: современные тенденции, актуальные проблемы и перспективы развития. Материалы V Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Самара, 2023. С. 98-103.

10. Ложкин Г.В., Колосов А.Б., Непопалов В.Н. Дух команды: о феноменологии спортивного взаимодействия // Спортивный психолог. 2020. № 1 (48). С. 11-19.

11. Санаева А.А. Внеурочный волейбол в школе: преимущества и особенности / В сборнике: Современные тенденции развития образования в физической культуре, адаптивной физической культуре и безопасности жизнедеятельности. сборник статей к Международной научно-практической конференции. Оренбург, 2024. С. 348-349.

#### Содержание доклада:

Командное взаимодействие это процесс, в ходе которого игроки работают вместе для достижения общей цели. Оно включает в себя такие элементы, как коммуникация, координация действий, распределение ролей и понимание стратегии игры.

Командное взаимодействие требует от игроков навыков совместной работы, доверия друг к другу и способности адаптироваться к изменяющимся условиям игры.

Хорошее взаимодействие помогает команде эффективно выполнять тактические задания, минимизировать ошибки и повышать общую производительность.

Командный дух — это эмоциональный и психологический аспект командной работы. Он включает в себя мотивацию, поддержку, единство и желание добиваться успеха вместе.

Командный дух формируется на основе взаимного уважения, доверия и дружбы между игроками. Он может быть усилен общими переживаниями, победами и поражениями.

Сильный командный дух способствует созданию позитивной атмосферы, что может повысить моральный дух команды и ее устойчивость в сложных ситуациях.

Занятия по физической культуре играют важную роль в образовании и развитии молодежи. Спортивные игры, такие как футбол, волейбол и баскетбол, становятся основными инструментами для достижения этих целей. Во-первых, они способствуют физическому развитию учащихся, улучшая силу, выносливость и координацию. Футбол, например, требует

отличной физической подготовки и развивает быстроту реакции. Волейбол, в свою очередь, акцентирует внимание на координации движений и точности. Баскетбол развивает не только физическую силу, но и стратегическое мышление.

Сплоченность в команде формируется выездом на дружеские соревнования, проявление ответственности происходит от каждого игрока в команде

Соперничество это некого рода конкуренция между спортивными командами или спортсменами за наилучший результат, победу

Коммуникабельность помогает сокомандникам (игрокам) понимать друг друга, делиться идеями и достигать общих целей.

(происходит как с тренером, так и между игроками во время игры, такие как обсуждение тайм-аут)

Взаимопонимание подразумевает, что члены команды полагаются друг на друга для выполнения задач, а поддержка помогает каждому участнику чувствовать себя уверенно и мотивированно.

Единство означает что у каждого игрока есть свои задачи в команде

Командное взаимодействие очень хорошо развивается по средствам соревнования, такие как эстафеты или турниры по волейболу и футболу, помогают развивать дух соперничества и единства. В процессе игры подростки учатся работать вместе, преодолевая трудности и достигая общих целей.

Самоанализ: Спортивные игры способствуют улучшению коммуникации, сотрудничества и умения работать в команде, игровая форма обучения делает занятия более интересными и мотивирующими для учащихся, что способствует их активному участию, возможность взять на себя инициативу в команде помогает развивать лидерские навыки у учащихся, спортивные игры могут быть связаны с физическими травмами, особенно если не соблюдаются правила безопасности, часто уроки сосредоточены на игре, и недостаточно времени уделяется обсуждению командной работы и анализа взаимодействия.

## 6.2 Электронные постеры по результатам исследования

Мы подготовили электронные постеры по результатам исследования применив программу Microsoft PowerPoint, скрины постеров разместили в Приложение Б

## Выводы

За время прохождения практики мне удалось

1. Ознакомиться с ВДЦ «Океан», педагогическим составом и руководством лагеря. Изучить спортивные комплексы и инвентарь в них. Участвовать в местных мероприятиях, таких как «Веселые старты», спортивные соревнования по различным видам спорта, спортивное шоу.
2. Просмотреть и провести занятия по различным видам спорта и составить 6 учебно-тренировочных конспектов по проведенным занятиям, также удалось перенять опыт у инструкторов.
3. Самостоятельно организовать мероприятие «Веселые старты», в котором мы смогли изучить новые эстафеты. Также мы составили положение и отчет по проведению спортивно-массового мероприятия.
4. Участвовать в судействе соревнований по волейболу. Благодаря этому мы смогли пополнить свои знания о правилах и судействе волейбола, составить положение и отчет по соревнованиям.
5. Ознакомиться с множеством литературных источников по своей теме и подробно раскрыть средство, предлагаемое для решения педагогической задачи.

## Список литературы

1. Сеченов И.М. Рефлексы головного мозга // И.М. Сеченов. Избранные произведения: в 2 т. Т. 1
2. Павлов, И. П. Физиология. Избранные труды / И. П. Павлов. — 2-е изд., стер. — М. Издательство Юрайт, 2018. — 394 с.
3. Бернштейн Н.А. Физиология движений и активность / Под ред. академика О.Г. Газенко. М.: Наука, 2001. 496 с
4. Леонтьев Д.А. От инстинктов – к выбору, смыслу и саморегуляции: психология мотивации вчера, сегодня и завтра // Современная психология мотивации / под ред. Д.А.Леонтьева. М.: Смысл, 2002 (а), с. 4—12
5. Выготский Л.С. Собрание сочинений: в 6 т. Т. 3. Проблемы развития психики / Под ред. А.М. Матюшкина. М.: Педагогика, 2001. 368 с
6. Рубинштейн Л.С. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2008. 713 с.
7. Конопкин О.А. Механизмы осознанной саморегуляции произвольной активности активности человека. В кн.: В.И. Моросанова (Ред.), Субъект и личность в психологии саморегуляции: сборник научных трудов. М.: Психологический институт РАО, 2007. С. 12–31
8. Конопкин О.А. Психологические механизмы регуляции деятельности. М.: Наука, 2000. 256 с.
9. Исследование японского мини-волейбола:[Электронный ресурс]/lesgaft.ru – режим доступа:  
[http://lesgaft.spb.ru/sites/default/files/dissertation/diss/polnyy\\_tekst\\_dissertacii\\_vysoven\\_g.i.pdf](http://lesgaft.spb.ru/sites/default/files/dissertation/diss/polnyy_tekst_dissertacii_vysoven_g.i.pdf)
10. Японский мини-волейбол:[Электронный ресурс]/mini.voley – режим доступа:  
[http://dop-stek.ucoz.ru/distancionnoe/japonskij\\_mini-voley2.pdf](http://dop-stek.ucoz.ru/distancionnoe/japonskij_mini-voley2.pdf)

## Приложение А

### «Веселые старты»



Рисунок 1- «Гусеница»



Рисунок 2 – «Набивка мяча ракеткой»



Рисунок 3 – «Попасть в цель»



Рисунок 4 – «Равновесия»

## Приложение Б

Владивостокский государственный университет

## ВОСПИТАНИЕ СПОСОБНОСТИ К КОМАНДНОМУ ВЗАИМОДЕЙСТВИЮ У ОБУЧАЮЩИХСЯ 14-15 ЛЕТ НА УРОКАХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СРЕДСТВ СПОРТИВНЫХ ИГР

Выполнила: студентка 3 курса очной формы обучения Кулешова Любовь Александровна  
Научный руководитель: к.пед.н., доцент Горбунова Ольга Васильевна

**Командное взаимодействие** - это процесс, в ходе которого игроки работают вместе для достижения общей цели. Оно включает в себя такие элементы, как коммуникация, координация действий, распределение ролей и понимание стратегии игры

### Актуальность

- Участие в командах дает возможность подросткам проявлять лидерские качества и брать на себя ответственность за общие результаты.
- Помогает им развивать навыки управления и принимать важные решения.
- Спортивные игры способствуют формированию дружеских отношений и укреплению социальных связей между подростками.

**Цель исследования:** обоснование содержания педагогических условий направленных на развитие командного взаимодействия на уроках по физической культуре учащихся 14-15 лет средствами спортивных игр

### Задачи

1. Выявить основные направления и содержание условий развития спортивного взаимодействия на уроках по физической культуре учащихся 14-15 лет средствами спортивных игр
2. Определить, систематизировать, и описать ключевые условия развития командного взаимодействия на уроках по физической культуре учащихся 14-15 лет средствами спортивных игр.
3. Разработать и внедрить педагогические условия по развитию командного взаимодействия на уроках по физической культуре учащихся 14-15 лет средствами спортивных игр.

### МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

- анализ литературных источников по психологии, педагогике, теории методики физического воспитания
- социологический опрос в форме анкетирования
- методы математической статистики

### Педагогические условия

Обучение правилам и стратегиям спортивных игр

Проведение игровых ситуаций, требующих взаимодействия и сотрудничества

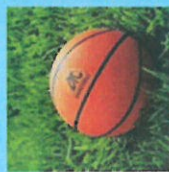
Обратная связь и поощрение командных успехов

Использование разнообразных спортивных игр для повышения интереса и вовлеченности

Обсуждение результатов совместной работы после игр

### Средства для командного взаимодействия

Соперничество ↔ Сплоченность  
Взаимопонимание ↔ Единство  
Ответственность ↔ Коммуникабельность



Баскетбол развивает не только физическую силу, но и стратегическое мышление



Волейбол акцентирует внимание на координации движений и точности



Футбол требует отличной физической подготовки и развивает быстроту реакции