



**УПРАВЛІННЯ ОСВІТИ ТА НАУКИ
ВОЛИНСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ ДЕРЖАВНОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ
КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД ВИЩОЇ ОСВІТИ
«ЛУЦЬКИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ КОЛЕДЖ»
ВОЛИНСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ РАДИ**

**ПРАКТИКА З ІНДИВІДУАЛЬНИХ ТА
ІГРОВИХ ВИДІВ СПОРТУ**

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ





ФАКУЛЬТЕТ ПОЧАТКОВОЇ ОСВІТИ ТА ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ



Кафедра теорії та методики фізичної культури

УДК 378.011.3–051:796(477.82)(043.5) (075.8)

Практика з індивідуальних та ігрових видів спорту: методичні рекомендації / укл. Н.Денисенко, І.Кліш, О.Митчик, М. Мороз, С.Мудрик, В.Тарасюк, Л. Северіна, Е.Косинський [Електронне видання]. Луцьк: КЗВО «Луцький педагогічний коледж» Волинської обласної ради, 2025. 40 с.

*Практики з індивідуальних та ігрових видів спорту – це фундаментальний інструмент фіксації професійного становлення майбутнього вчителя фізичної культури Нової української школи, який допомагає структурувати систему проведення уроку фізичної культури через інтеграцію різних видів фізичної активності з акцентом на індивідуальні і групові види спорту. Такий вид практики є важливою частиною фізичної культури в НУШ з кількох причин: **індивідуальні види спорту** (теніс, бадмінтон, гімнастика, легка атлетика) сприятимуть розвитку особистої дисципліни, самоконтролю, здатності до самопокращення та незалежності дитини; **ігрові види спорту** (футбол, волейбол, баскетбол, фут зал, гандбол) вчать співпраці, сприяють розвитку командної роботи, лідерських якостей, комунікаційних навичок і взаємодії з іншими.*

Методичні рекомендації розроблено для здобувачів вищої освіти, які проходять педагогічну практику за профілем майбутньої професії з акцентом на індивідуальні та ігрові види спорту і виступають у ролі вчителя фізичної культури у початковій, середній і старшій ланках освіти. Вони є основою поєднання теоретичних знань студента, отриманих у стінах Коледжу, та реальними практичними навичками, набутими в умовах Нової української школи

Укладачі:

Укладачі:

Н. Г. Денисенко, доктор педагогічних наук, декан факультету початкової освіти та фізичної культури Комунального закладу вищої освіти «Луцький педагогічний інститут» Волинської обласної ради.

І.С. Кліш, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури Комунального закладу вищої освіти «Луцький педагогічний коледж» Волинської обласної ради

О.П.Митчик, завідувач кафедри теорії та методики фізичної культури, кандидат наук з фізичного виховання та спорту Комунального закладу вищої освіти «Луцький педагогічний інститут» Волинської обласної ради.

С.Б. Мудрик, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури Комунального закладу вищої освіти «Луцький педагогічний інститут» Волинської обласної ради.

В.Й.Тарасюк, викладач кафедри теорії та методики фізичної культури Комунального закладу вищої освіти «Луцький педагогічний коледж» Волинської обласної ради.

М.С.Мороз, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури Комунального закладу вищої освіти «Луцький педагогічний інститут» Волинської обласної ради.

Л.Є.Северіна, спеціаліст вищої категорії, викладач–методист кафедри теорії та методики фізичної культури Комунального закладу вищої освіти «Луцький педагогічний інститут» Волинської обласної ради.

Е.О.Косинський, викладач кафедри теорії та методики фізичної культури, аспірант.

Рецензенти:

О.А.Іщук, кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри фітнесу та циклічних видів спорту, факультету фізичної культури, спорту та здоров'я Волинського національного університету імені Лесі Українки.

О. Л. Дишко, кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури Комунального закладу вищої освіти «Луцький педагогічний коледж»

Волинської обласної ради

Розглянуто на засіданні кафедри теорії та методики фізичної культури КЗВО «Луцький педагогічний коледж» Волинської обласної ради

(протокол № 6 від 13.01.2024)

Друкується за ухвалою Вченої ради факультету початкової освіти та фізичної культури Комунального закладу вищої освіти «Луцький педагогічний коледж» Волинської обласної ради (протокол № 7 від 21.05.2025)

ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА	5
МЕТА ТА ЗАВДАННЯ	7
ОБОВ'ЯЗКИ СТУДЕНТА–ПРАКТИКАНТА	7
НАСКРІЗНІ ЗАВДАННЯ ПРАКТИК	7
ЗМІСТ ПРАКТИКИ	9
ПРОГРАМНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ	11
ПАМ'ЯТКА ДЛЯ ПРАКТИКАНТА	12
КОНТРОЛЬ ЗА РОБОТОЮ ПРАКТИКАНТІВ	13
ПРОГРАМА ПРАКТИКИ	15
СТРУКТУРА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТУ	17
ЗВІТНА ДОКУМЕНТАЦІЯ. ВИМОГИ ЩОДО ОФОРМЛЕННЯ КОНСПЕКТУ ЧАСТИН (ЧАСТИНИ) УРОКУ (ЗА ВИБОРОМ ЗДОБУВАЧА ОСВІТИ). ЗАЛКОВІ ФРАГМЕНТИ УРОКІВ (З НОВИХ ВИДІВ СПОРТУ).	21
ДИФЕРЕНЦІЙОВАНИЙ ЗАЛІК	25
ЗАГАЛЬНІ КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ПРОХОДЖЕННЯ ПРАКТИКИ З ІНДИВІДУАЛЬНИХ І КОМАНДНИХ ВИДІВ СПОРТУ	31
ПОЛІТИКА ЩОДО ВИЗНАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НЕФОРМАЛЬНОЇ ОСВІТИ	34
ЗВІТНА ДОКУМЕНТАЦІЯ ПРАКТИКИ З ІНДИВІДУАЛЬНИХ І ІГРОВИХ ВИДІВ СПОРТУ	35
РОЗРОБКА КОМПЛЕКСІВ УРОКУ (ЗА ВИБОРОМ ЗДОБУВАЧА ОСВІТИ)	49- 50
ОРЄНТОВНИЙ ЗВІТ СТУДЕНТА–ПРАКТИКАНТА	51
РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА	52

ПЕРЕДМОВА

В умовах реформування шкільної освітньої системи важлива роль належить професійності вчителя в цілому й зокрема вчителя фізичної культури. Практична підготовка з індивідуальних та групових видів спорту є фундаментальним інструментом фіксації професійного становлення майбутнього вчителя фізичної культури Нової української школи, який допомагає структурувати систему проведення уроку фізичної культури через інтеграцію різних видів фізичної активності з акцентом на індивідуальні та групові види спорту.

Практична підготовка здобувачів вищої освіти, що розвиває компетентності студентів у плануванні уроків фізичної культури з акцентом на індивідуальні та командні види спорту, знайомить їх з адаптацією спортивних видів діяльності до шкільного середовища та підбором оптимальних форматів занять, залежно від умов і можливостей навчального закладу.

Найбільш важливим у професійній підготовці майбутнього фахівця є поєднання теоретичних основ формування професійних навичок з практичною підготовкою здобувачів освіти. Теоретична підготовка майбутніх учителів фізичної культури до застосування індивідуальних та командних видів рухової активності включає в себе: ознайомлення з сучасними методами та технологіями викладання індивідуальних і командних видів спорту; вивчення програм НУШ щодо фізичної культури та можливостей інтеграції нових видів рухової активності; розвиток компетентностей студентів у плануванні уроків фізичної культури з акцентом на індивідуальні (легка атлетика, теніс, гімнастика, йога тощо) та командні види спорту (баскетбол, волейбол, футбол, регбі, флорбол тощо); ознайомлення з адаптацією спортивних видів діяльності до шкільного середовища та підбором оптимальних форматів занять, залежно від умов і можливостей навчального закладу.

Саме для трансформування теоретичних знань у практичні вміння та застосування їх у професійній діяльності навчальним планом підготовки здобувачів вищої освіти за спеціальністю 014 Середня освіта (Фізична культура) передбачено «Практику з індивідуальних та командних видів спорту». Цей вид практики проводиться у V семестрі один раз на тиждень у час, вивільнений від теоретичного навчання.

Започаткування саме такого виду практики обумовлено тим, що сьогодні генетика спорту має найперспективніший підхід до відбору дітей для занять спортом на ранніх етапах їх навчання у школі. Для вирішення проблеми індивідуального прогнозу розвитку морфологічних показників, рухових здібностей та функціональних ознак людини перспективним напрямком є представлений вид практики.

Метою даних методичних рекомендацій є допомога студенту–практиканту структурувати свою діяльність на адаптацією спортивних видів діяльності до

шкільного середовища та підбором оптимальних форматів занять, залежно від умов і можливостей навчального закладу.

У методичних рекомендаціях ви знайдете:

методичні та мотиваційні аспекти викладання індивідуальних і командних видів спорту в НУШ, які включають:

а) розробку конспектів уроків фізичної культури з урахуванням сучасних методик для індивідуальних видів спорту: (легка атлетика, гімнастика, плавання, та ін.);

б) розробку конспектів уроків фізичної культури для командних видів спорту: (футбол, баскетбол, волейбол, бейсбол, флорбол, та ін.);

в) практичне впровадження інноваційних методик у програму фізичного виховання: використання технологій активного навчання для підвищення зацікавленості учнів;

г) основи дослідницької роботи з учнями різного шкільного віку;

д) формування навичок роботи з інклюзивними групами: підбір відповідних методів для дітей з особливими освітніми потребами.

Практика з індивідуальних та ігрових видів спорту –це важливий етап професійного становлення майбутнього вчителя фізичної культури Нової української школи.

Колектив упорядників

МЕТА ТА ЗАВДАННЯ

Метою практики є ознайомлення студентів з **індивідуальними** видами спорту, які передбачають тренування та вдосконалення навичок у таких дисциплінах, де спортсмен змагається сам, а не в команді (легка атлетика, теніс, гімнастика, шахи, плавання, бадмінтон та індивідуальні нові види спорту); **ігровими** видами спорту, які зорієнтовані на командні дисципліни, де ключовими є не лише індивідуальні фізичні й технічні навички, але й командна взаємодія, стратегія та комунікація (баскетбол, футбол, гандбол, футзал та нові ігрові види спорту). Здобувачі освіти знайомляться з особливостями проведення уроків фізичної культури на відповідну тематику з учнями різного віку і статі.

Цей вид практики проводиться у V семестрі один раз на тиждень у час, вивільнений від теоретичного навчання.

ОБОВ'ЯЗКИ СТУДЕНТА–ПРАКТИКАНТА

У Положенні¹ про проведення практики студентів закладів вищої освіти України зазначається, що студенти закладів вищої освіти при проходженні практики зобов'язані:

- ✓ до початку практики одержати від керівника практики консультації щодо оформлення всіх необхідних документів;
- ✓ своєчасно прибути на базу практики;
- ✓ у повному обсязі виконувати всі завдання, передбачені програмою практики і вказівками її керівників;
- ✓ вивчити і суворо дотримуватися правил охорони праці, техніки безпеки і виробничої санітарії;
- ✓ нести відповідальність за виконану роботу;
- ✓ своєчасно здати залік з практики

НАСКРІЗНІ ЗАВДАННЯ ПРАКТИКИ:

Під час практики з індивідуальних та ігрових видів спорту розв'язуються такі завдання:

- ✓ оволодіння практикантами вмінням проводити уроки фізичної культури в початковій, середній і старшій ланках освіти з індивідуальних видів спорту, які передбачають тренування та вдосконалення навичок у таких дисциплінах, як (легка атлетика, теніс, гімнастика, шахи, плавання, бадмінтон та інші індивідуальні нові види спорту).
- ✓ оволодіння практикантами вмінням проводити уроки фізичної культури з ігрових видів спорту, які передбачають тренування та вдосконалення навичок у таких дисциплінах, як баскетбол, футбол, гандбол, футзал та нових ігрових видах спорту.
- ✓ накопичення уявлень майбутніх вчителів фізичної культури у сфері організації спортивно-масової роботи (вести змагальну документацію з ігрових видів спорту)

✓ *оволодіння прийомами контролю (початкові науково–педагогічні дослідження) щодо оцінювання рухової діяльності учнів, їхньої фізичної підготовленості за допомогою класичного тестування для визначення фізичних якостей.*

Визначення баз практики здійснюється на основі договорів про співпрацю, укладених з головами територіальних громад (або начальниками відділів освіти/гуманітарних відділів), засновниками приватних закладів тощо. Договори про співпрацю є підставою для укладання (безпосередньо із керівниками базових закладів та установ) договорів про практичну підготовку здобувачів вищої освіти. Тривалість дії договорів узгоджується договірними сторонами і визначається особливостями проведення окремих видів практики, регламентується вимогами освітньо–професійної програми.

При визначенні баз практики та укладанні договорів про співпрацю враховуються можливості використання матеріально–технічних, інформаційних ресурсів підприємств (організацій, установ), їх кадрове забезпечення; вивчаються перспективи працевлаштування здобувачів вищої освіти; передбачаються шляхи залучення потенційних роботодавців як стейкхолдерів освітньо–професійної програми.

¹ Положення про проведення практики студентів вищих навчальних закладів України (затверджено наказом Міністерства освіти України від 8 квітня 1993 р.№93).

ЗМІСТ ПРАКТИКИ

Програма практики розроблена з урахуванням чинної нормативно–правової бази, зокрема переліку типових документів, що створюються в діяльності органів державної влади та місцевого самоврядування, інших установ, підприємств і організацій із визначенням строків зберігання документів, затвердженого Наказом Міністерства юстиції України від 12.04.2012 № 578/5 (із змінами, внесеними Наказом Міністерства юстиції України від 07.03.2013 № 400/5, пп. 595–596), Закону України «Про освіту» від 05.09.2017 № 2145–VIII, Закону України «Про вищу освіту» від 01.07.2014 № 1556–VII, Положення «Про проведення практики студентів вищих навчальних закладів України», затвердженого наказом Міністерства освіти України від 08.04.1993 № 93, а також Положення про практичну підготовку здобувачів вищої та фахової передвищої освіти Комунального закладу вищої освіти «Луцький педагогічний коледж» Волинської обласної ради.

Зміст практики з командних та ігрових видів спорту визначається специфікою закладу загальної середньої освіти – бази практики, умовами організації освітнього процесу та завданнями освітньо–професійної програми підготовки бакалавра спеціальності 014 «Середня освіта (Фізична культура)». Практична діяльність спрямована на формування здатності майбутнього вчителя розв'язувати складні спеціалізовані педагогічні завдання в умовах реального освітнього середовища, що відповідає інтегральній компетентності ІК 1.

Під час проходження практики здобувачі вищої освіти дотримуються правил внутрішнього розпорядку закладу освіти, виконують вимоги адміністрації та керівників практики, неухильно дотримуються правил охорони праці, техніки безпеки та санітарно–гігієнічних норм під час організації рухової діяльності учнів. Практиканти демонструють приклад професійної відповідальності, педагогічної врівноваженості та конструктивної поведінки в різних комунікативних ситуаціях (СК–5, СК–16).

Зміст практики передбачає виконання всіх видів діяльності, визначених програмою, зокрема: участь у підготовці та проведенні уроків фізичної культури,

організації позаурочних і позашкільних заходів, організації ігрової, тренувальної та змагальної діяльності учнів. У процесі цього здобувачі освіти застосовують доцільні форми, методи й технології навчання, у тому числі інтерактивні та інноваційні, що забезпечує ефективність освітнього процесу з фізичної культури (ЗК–6, СК–13, СК–18, ПРН 4).

У процесі практики здобувачі освіти вивчають вікові, індивідуальні та психофізичні особливості учнів, ураховують їх під час проведення уроків фізичної культури, добору методів навчання й організації рухової активності, створюючи безпечне, інклюзивне та мотивувальне освітнє середовище (ПРН 5, ПРН 11, СК–5). Важливою складовою є формування здатності попереджати, аналізувати та конструктивно розв'язувати конфліктні ситуації в класі й спортивному середовищі.

Зміст практики також передбачає розвиток умінь планування освітнього процесу з фізичної культури, визначення цілей, змісту, методів і форм організації рухової діяльності учнів з проведення індивідуальних та ігрових видів спорту, а також рефлексію результатів власної педагогічної та комунікативної діяльності (ЗК–2, ЗК–7, СК–3, СК–13, ПРН–7).

Практиканти ведуть щоденник практики, у якому здійснюють самооцінювання, аналіз професійних ситуацій і визначають напрями подальшого професійного зростання.

Важливим компонентом змісту практики є вивчення й осмислення досвіду вчителів–практиків, наставників і колег, участь у взаємовідвідуванні занять, аналіз ефективних педагогічних і комунікативних підходів з метою підвищення якості власної професійної діяльності (ПРН 8, ПРН–11).

5. Передумови для вивчення освітнього компонента

Цей вид практики ґрунтується на таких профільних дисциплінах: «Анатомія людини», «Фізична культура (вступ до спеціальності)», «Загальна педагогіка», «Теорія та методика фізичного виховання», «Легка атлетика (теорія та методика)», «Гімнастика (теорія та методика)», «Футбол та футзал (теорія та методика)», «Баскетбол (теорія та методика)», «Волейбол (теорія та методика)», «Психологія фізичного виховання», «Сучасні комунікаційні технології у професійній діяльності

вчителя», «Сучасні ігрові види спорту», «Безпека життєдіяльності. Попередження спортивного травматизму».

ПРОГРАМНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ (ПРН) ЗА ОСВІТНІМ КОМПОНЕНТОМ

1. Конструктивно-планувальні вміння:

Формування конструктивно–планувальних компетентностей під час практики забезпечує здатність майбутнього вчителя фізичної культури ефективно моделювати освітній процес, зокрема:

- розробляти плани–конспекти комплексів загальнорозвивальних вправ із оцінками освітніх цілей, вікових особливостей та рівня підготовки.
- створювати структуровані фрагменти уроків, забезпечуючи логіку підбору засобів фізичного виховання;
- формулювати чіткі та досяжні цілі і завдання для кожного уроку, орієнтуючись на очікувані результати
- *вміти*: методично грамотно проводити уроки фізичного виховання із застосування ігрових і командних видів спорту.

Організаційні вміння:

–добирати й застосовувати доцільні форми, методи, технології та засоби навчання, включаючи традиційні та новітні форми рухової активності (ігрові, оздоровчі, тренувальні, інноваційні, інтегровані), для забезпечення ефективності освітнього процесу з фізичної культури.

–враховувати вікові та індивідуальні особливості учнів під час добору змісту, методів, засобів і форм навчання з фізичної культури, забезпечуючи доступність, безпечність і поступовість розвитку рухових умінь та фізичних якостей.

– формувати стійку мотивацію учнів до занять фізичною культурою та організувати їхню пізнавальну діяльність у процесі опанування рухових умінь і засвоєння основ здорового способу життя

–забезпечити сприятливі умови в освітньому середовищі для кожного учня, залежно від його індивідуальних потреб, можливостей, здібностей та інтересів.

– застосовувати індивідуальну, групову, парну й колективну форми організації навчання з урахуванням анатомо–фізіологічних особливостей учнів, добираючи відповідні навантаження й рухові завдання та використовуючи інформаційно-комунікаційні й цифрові технології для підсилення ефективності освітнього процесу з фізичної культури.

–здійснювати об’єктивне та різнопланове оцінювання результатів навчання учнів з фізичної культури, враховуючи їхні індивідуальні можливості, рівень рухової підготовленості, динаміку фізичного розвитку та сформованість ключових рухових умінь і навичок.

–здійснювати профілактичні заходи, спрямовані на збереження життя і зміцнення здоров’я учнів у процесі фізичного виховання, забезпечуючи безпечні умови проведення занять, попередження травматизму та формування в здобувачів освіти культури безпеки рухової діяльності.

–організовувати та проводити навчальні заняття різних типів, а також позаурочні й позашкільні заходи з фізичної культури, творчо застосовуючи досвід, набутий під час різних видів педагогічних практик, забезпечуючи їх методичну цілісність, безпечність і високу результативність

3. *Дослідницькі компетентності вчителя фізичної культури:*

– вивчення показників втоми учнів для оцінки реакцій на фізичні навантаження (зокрема, через ведення протоколів пульсометрії під час уроку).

– дослідження загального ставлення учнів до командних та індивідуальних видів спорту. Проведення анкетування серед учнів та вчителів базового закладу освіти.

– дослідження рівня фізичної підготовленості учнів різного віку.

ПАМ’ЯТКА ДЛЯ ПРАКТИКАНТА

Практика з командних і індивідуальних видів спорту проводиться у визначені освітньо-професійною програмою терміни. Режим роботи, тривалість робочого дня та вихідні дні встановлюються відповідно до правил внутрішнього розпорядку закладу освіти, який є базою практики.

Підготовка до проходження практики має здійснюватися системно протягом усього періоду навчання та передбачає попереднє опрацювання теоретичних основ

професійної діяльності, підготовку навчально–методичних матеріалів, розроблення конспектів уроків фізичної культури, спортивних ігор. Усі підготовлені матеріали рекомендується впорядкувати у друкованому або електронному вигляді для подальшого використання та аналізу.

До проходження практики допускаються здобувачі вищої освіти, які:

1. систематично відвідували навчальні заняття з підготовки до практики з професійної комунікації та успішно склали підсумковий контроль;
2. пройшли обов'язковий інструктаж з охорони праці, техніки безпеки та питань збереження життя і здоров'я учасників освітнього процесу під час занять фізичною культурою;
3. оформили та затвердили необхідну документацію відповідно до вимог програми практики;
4. пройшли медичний огляд у встановленому порядку.

Перелік обов'язкових документів для проходження практики включає: паспорт (або інший документ, що посвідчує особу), медичну (санітарну) книжку, направлення на практику, а також методичне забезпечення (програму практики, зразки документації, навчальні та методичні матеріали).

Під час проходження практики практиканту рекомендується мати зручний одяг та взуття, що відповідають умовам проведення уроків фізичної культури й комунікативної взаємодії в освітньому середовищі, а також засоби для фіксації результатів спостережень, самоаналізу та рефлексії професійної діяльності.

КОНТРОЛЬ ЗА РОБОТОЮ ПРАКТИКАНТІВ

Під час проходження практики здійснюється поточний і підсумковий контроль, самоконтроль здобувачів вищої освіти, а також підсумковий залік і підсумкова конференція. Контрольні заходи спрямовані на оцінювання рівня сформованості професійно–комунікативних умінь, педагогічної готовності та здатності здобувачів освіти реалізовувати освітній процес з фізичної культури в умовах закладу загальної середньої освіти.

Контроль за роботою практикантів здійснює методичний керівник практики –

викладач закладу вищої освіти, який забезпечує науково–методичний супровід практики, консультує здобувачів освіти з питань організації та проведення командних та ігрових видів спорту, перевіряє індивідуальні плани роботи, аналізує підготовку та проведення уроків фізичної культури, позаурочних і комунікативно спрямованих заходів, а також здійснює спостереження, аналіз і оцінювання діяльності практикантів відповідно до визначених критеріїв.

Упродовж періоду практики методичному керівникові рекомендовано:

–здійснити взаємодію з адміністрацією закладу освіти та наставником від бази практики з метою уточнення функціональних обов’язків практиканта, зокрема участі в проведенні уроків фізичної культури, організації рухової діяльності, позаурочних заходів і комунікативної взаємодії з учнями.

– визначити рівень застосування практикантом здобутих знань з педагогіки, психології, теорії та методики фізичного виховання у процесі професійного спілкування, а також оцінити його відповідальність, дисциплінованість, ініціативність і мотивацію до педагогічної діяльності.

–перевірити навчально–методичну та звітну документацію практикантів, зокрема індивідуальний (перспективний) план роботи, щоденник практики та якість його ведення, конспекти залікових уроків фізичної культури й інших освітніх заходів, у яких відображено комунікативні цілі, методи взаємодії, інструктажі з безпеки та рефлексію результатів педагогічної діяльності.

–бути присутнім на заняттях і заходах, що проводяться практикантами на базі практики, здійснювати педагогічне спостереження, аналізувати ефективність професійної відповідності при проведенні уроків фізичної культури, дотримання методичних вимог, норм педагогічної етики та безпеки, а також оцінювати діяльність практикантів відповідно до затверджених критеріїв оцінювання.

Надавати індивідуальні рекомендації та здійснювати фіксацію результатів контролю, за потреби вносити записи до щоденника практиканта з метою корекції професійних умінь, підвищення якості педагогічної діяльності та розвитку здатності до рефлексії й самооцінювання.

ПРОГРАМА ПРАКТИКИ

Змістовий модуль 1. Організація практики з індивідуальних та командних видів спорту

Тема 1. Організація практики майбутніх учителів фізичної культури в контексті індивідуальних і командних видів спорту. Участь у настановчій конференції, присвяченій впровадженню сучасних індивідуальних та групових видів спорту в освітній процес. Аналіз і вибір навчального закладу, де впроваджуються новітні (ігрові і командні) види спортивної активності відповідно до вікових особливостей учнів, їхніх інтересів та матеріально–технічної бази школи. Оцінка матеріальної бази школи: наявність інвентарю для індивідуальних видів спорту (наприклад, пілатес, легка атлетика, спортивна гімнастика) та групових видів спорту (наприклад, флорбол, волейбол, баскетбол). Теоретичні засади впровадження індивідуальних та командних видів спорту в навчальну програму початкової, середньої та старших ланок освіти. Майстер–класи для студентів щодо методики викладання індивідуальних і командних видів спорту в Новій українській школі (НУШ).

Тема 2. Оцінювання ефективності впровадження індивідуальних та командних видів спорту у процес фізичного виховання школярів. Вивчення особливостей залучення учнів до індивідуальних та командних видів спорту, оцінка їхньої активності, мотивації та взаємодії під час уроків фізичної культури. Спостереження за уроками фізичної культури з акцентом на рівень залученості учнів до індивідуальних (гімнастика, легка атлетика, плавання, спортивна ходьба, йога та ін.) та командних видів спорту (футбол, баскетбол, волейбол, футзал, гандбол, регбі, тощо). Аналіз отриманих даних з метою вдосконалення методик викладання та створення комплексів вправ для покращення фізичної підготовки школярів. Опитування учнів і вчителів щодо впливу індивідуальних і командних видів спорту на зацікавленість та фізичну підготовленість дітей.

Змістовий модуль 2. Методика викладання індивідуальних і командних видів спорту в закладах освіти

Тема 3. Теоретична підготовка майбутніх учителів фізичної культури до застосування індивідуальних та командних видів рухової активності. Ознайомлення з сучасними методами та технологіями викладання індивідуальних і командних видів спорту. Вивчення програм НУШ щодо фізичної культури та можливостей інтеграції нових видів рухової активності. Розвиток компетентностей студентів у плануванні уроків фізичної культури з акцентом на індивідуальні (легка

атлетика, теніс, гімнастика, йога тощо) та командні види спорту (баскетбол, волейбол, футбол, футзал, регбі, флорбол тощо). Ознайомлення з адаптацією спортивних видів діяльності до шкільного середовища та підбором оптимальних форматів занять, залежно від умов і можливостей навчального закладу.

Тема 4. Методичні та мотиваційні аспекти викладання індивідуальних і командних видів спорту в НУШ. Розробка конспектів уроків фізичної культури з урахуванням сучасних методик для індивідуальних видів спорту: (легка атлетика, гімнастика, плавання, індивідуальних видів спорту: (легка атлетика, гімнастика, плавання, спортивна ходьба та ін.); планування занять для розвитку гнучкості, витривалості, координації та сили. Розробка конспектів уроків фізичної культури для командних видів спорту: (футбол, баскетбол, волейбол, бейсбол, флорбол, хокей на траві та ін.). Формування тактичного мислення та покращення командної взаємодії. Практичне впровадження інноваційних методик у програму фізичного виховання: використання технологій активного навчання для підвищення зацікавленості учнів; розробка вправ з використанням інтерактивних спортивних додатків, сенсорних технологій та ігрових методик. Формування навичок роботи з інклюзивними групами: підбір відповідних методів для дітей з особливими освітніми потребами. Аналіз мотивації учнів: проведення опитувань серед учнів і вчителів щодо впливу індивідуальних та командних видів спорту на зацікавленість та фізичну підготовленість.

Тема 5. Практичне застосування командних та індивідуальних видів спорту в НУШ. Розвиток фізичних якостей: використання різноманітних тренувальних методик: аеробні вправи, кардіотренування (біг, стрибки, вправи зі скакалкою), силові вправи (гантелі, медболи, вправи з власною вагою); табата–тренування: розвиток сили та витривалості через інтервальні заняття. Покращення координації та балансу: заняття на нестабільних поверхнях (балансувальні м'ячі, платформи, еспандери). Інтеграція командної взаємодії та тактичного мислення: формування навичок комунікації та взаємодії в командних іграх. Розробка комплексів вправ: створення навчальних програм з індивідуальними та командними видами спорту на основі зібраних даних і відгуків учнів. Моніторинг залученості учнів: вимірювання частоти виконання вправ, динаміки фізичного навантаження та загального рівня активності; порівняння техніки виконання індивідуальних рухових завдань у різних учнів. Оновлення методики викладання: аналіз отриманих даних і розробка нових методичних матеріалів для покращення навчального процесу.

СТРУКТУРА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин			
	Денна форма			
	Усього	у тому числі		
Лекції		Практик.	Самост.	
1	2	3	4	5
Змістовий модуль 1. Організація практики з індивідуальних та командних видів спорту				
Тема 1. Організація практики майбутніх учителів фізичної культури в контексті індивідуальних і командних видів спорту.	6	–	4	2
Тема 2. Оцінювання ефективності впровадження індивідуальних та командних видів спорту у процес фізичного виховання школярів.	18	–	8	10
Усього годин за змістовим модулем 1	24	–	12	12
Змістовий модуль 2. Методика викладання індивідуальних і командних видів спорту в закладах освіти				
Тема 3. Теоретична підготовка майбутніх учителів фізичної культури до застосування індивідуальних та командних видів рухової активності.	26	–	16	10
Тема 4. Методичні та мотиваційні аспекти викладання індивідуальних і командних видів спорту в НУШ.	28	–	20	8
Тема 5. Практичне застосування командних та індивідуальних видів спорту в НУШ.	34	–	24	10
Усього годин за змістовим модулем 2.	88	–	60	28
Консультації	8			
Всього годин:	120		72	40

Теми практичних занять

№ теми/ модуля	Назва теми	К–сть годин
1/1	Участь у настановчій конференції: ознайомлення з метою, завданнями та програмою практики. Визначення критеріїв відбору навчального закладу для проведення практики..	2
1/1	Аналіз і вибір навчального закладу: оцінка матеріально–технічної бази школи: наявність спортивного інвентарю та обладнання для індивідуальних видів спорту (легка атлетика, гімнастика, плавання, йога, пілатес) та командних видів спорту (флорбол, волейбол, баскетбол, футбол, регбі тощо). Врахування вікових особливостей, інтересів учнів та можливостей для адаптації спортивних активностей до умов школи.	2
2/1	Спостереження за уроками фізичної культури: оцінка рівня залученості учнів до індивідуальних (гімнастика, легка атлетика, плавання, йога, спортивна ходьба) та командних (баскетбол, волейбол, футбол, флорбол, регбі,	4

	футзал) видів спорту. Вимірювання активності учнів: частота виконання вправ, динаміка фізичного навантаження, мотивація до занять.	
2/1	Аналіз командної взаємодії та техніки виконання: дослідження особливостей взаємодії учнів у командних іграх. Порівняння техніки виконання індивідуальних рухових завдань.	2
2/1	Опитування учнів і вчителів: вивчення впливу індивідуальних та командних видів спорту на зацікавленість, фізичну підготовленість і мотивацію учнів. Аналіз відгуків для вдосконалення методик викладання.	2
3/2	Аналіз методів і технологій викладання: вивчення інноваційних підходів до навчання індивідуальних та командних видів спорту у межах програми НУШ. Ознайомлення з адаптацією спортивних активностей до шкільного середовища.	4
3/2	Розвиток компетентностей у плануванні уроків: Розробка планів уроків для індивідуальних видів спорту (легка атлетика, теніс, гімнастика, йога тощо). Розробка планів уроків для командних видів спорту (алтимат-фрізбі, баскетбол, волейбол, футбол, флорбол, бейсбол тощо).	4
3/2	Розвиток компетентностей студентів у плануванні уроків фізичної культури із застосуванням командних (алтимат–фрізбі, баскетбол, волейбол, футбол, футзал, бейсбол, хокей на траві, флорбол та ін.) видів спорту.	4
3/2	Підбір оптимальних форматів занять: врахування можливостей школи для вибору відповідних методик.	2
3/2	Підбір оптимальних форматів занять: врахування рівня підготовленості учнів для вибору відповідних методик.	2
4/2	Створення планів занять з використанням сучасних методик для індивідуальних і командних видів спорту. Використання інтерактивних спортивних додатків, сенсорних технологій та ігрових методик для підвищення зацікавленості учнів.	4
4/2	Розробка конспектів уроків фізичної культури з урахуванням сучасних спортивних методик (для командних видів спорту).	4
4/2	Формування навичок роботи з інклюзивними групами: підбір видів спорту для дітей з особливими освітніми потребами. Розробка методик адаптації занять для різних категорій учнів.	4
4/2	Формування мотивації та залучення учнів до активного способу життя. Використання сучасних технологій для організації активних ігор.	4

4/2	Застосування ігрових методик для підвищення інтересу до фізичної активності, особливо у підлітків з низькою мотивацією.	4
5/2	Роль фізичної підготовки та розвиток фізичних якостей школярів різного віку і статі.	2
5/2	Впровадження елементів фітнесу у фізичне виховання: поєднання аеробних вправ, силових тренувань та вправ на гнучкість, що дозволяє розвивати основні фізичні якості – силу, швидкість, витривалість, координацію та баланс.	6
5/2	Розвиток координації та балансу за допомогою вправ на нестабільних поверхнях (балансувальні м'ячі, еспандери, платформи). Силові вправи з гантелями, медболами, тренування з власною вагою.	4
5/2	Табата–тренування для розвитку витривалості та сили через короткочасні інтенсивні заняття.	4
5/2	Командна взаємодія та тактичне мислення: проведення командних ігор з м'ячем (волейбол, баскетбол, футбол, флорбол) для розвитку тактики та стратегії.	4
5/2	Впровадження елементів алтимат–фрізбі для розвитку швидкості, координації та командної співпраці.	4
	ВСЬОГО	72

Самостійна робота

№ теми/ модуля	Назва теми	К–сть годин
1/1	Оцінка матеріальної бази школи: наявність інвентарю для індивідуальних видів спорту (наприклад, пілатес, легка атлетика, спортивна гімнастика) та групових видів спорту (наприклад, флорбол, волейбол, баскетбол).	2
2/1	Фіксація рівня активності учнів: частота виконання вправ, динаміка фізичного навантаження, мотивація учнів до занять.	4
2/1	Опитування учнів і вчителів щодо впливу індивідуальних і групових видів спорту на зацікавленість та фізичну підготовленість дітей	4
2/1	Коригування методики викладання на основі отриманого зворотного зв'язку, розробка комплексів вправ та оновлення програми практики.	2
3/2	Розвиток компетентностей студентів у плануванні уроків фізичної культури із застосуванням індивідуальних (легка атлетика, теніс, гімнастика та ін.) та командних (алтимат–фрізбі, баскетбол, волейбол, футбол, футзал, бейсбол, хокей на траві, флорбол та ін.) видів спорту.	5

3/2	Ознайомлення з особливостями адаптації різних видів спорту до шкільного середовища та підбору оптимальних форматів занять залежно від можливостей школи.	5
4/2	Формування навичок роботи з інклюзивними групами: підбір відповідних індивідуальних і командних видів спорту для дітей з особливими освітніми потребами.	4
4/2	Використання ігрових методик для залучення дітей до занять спортом, що особливо важливо для підлітків із низькою мотивацією до фізичної активності.	4
5/2	Табата–тренування – ефективний метод короткочасних інтервальних занять, що розвиває силу та витривалість за рахунок чергування 20–секундних інтенсивних вправ та 10–секундного відпочинку	5
5/2	Впровадження елементів гри у алтимат–фрісбі: розвиток швидкості, координації, командної співпраці та тактичного мислення.	5
ВСЬОГО		40

Консультації

Консультації (за потребою здобувачів освіти)

Консультації здобувачів освіти є важливою складовою освітнього процесу на практиці, спрямовані на забезпечення ефективного засвоєння знань, розвитку професійних навичок і особистісного зростання студентів. Вони передбачають не лише роз'яснення навчального матеріалу, а й підтримку у вирішенні академічних, практичних і психологічних питань.

Програма практики передбачає консультації здобувачі освіти (6 годин). Ключовим аспектом якісних консультацій є індивідуальний підхід, що враховує:

Освітні потреби студента – рівень підготовки, прогалини у знаннях, специфіку дисципліни, в якій потрібна допомога.

Можливості та темп навчання – різні студенти засвоюють матеріал з різною швидкістю, тому варто адаптувати методи пояснення відповідно до їхніх особливостей.

Особистісні та мотиваційні фактори – урахування інтересів, кар'єрних прагнень, рівня самостійності здобувача освіти.

На практиці передбачено проведення консультацій у різних форматах: *індивідуальні зустрічі, групові консультації, онлайн–консультації через відеозв'язок або електронне листування.*

ЗВІТНА ДОКУМЕНТАЦІЯ. ВИМОГИ ЩОДО ЇЇ ОФОРМЛЕННЯ

Після завершення практики складається підсумковий звіт. Для узагальнення матеріалів, зібраних під час практики, студентам відводиться 3 дні.

Документація:

1. Залікові фрагменти уроків (з нових видів спорту).

Фрагмент уроку може містити:

- елементи фітнесу (поєднання аеробних вправ, силових тренувань та вправ для розвитку гнучкості, що дозволяє розвивати всі основні фізичні якості у дітей).
- виконання вправ на кардіонавантаження, баланс, координацію та витривалість (в залежності від віку і статі учнів);
- елементи пілатесу з дітьми, спрямованих на розвиток сили м'язів спини, живота, а також поліпшення загальної мобільності тіла та ін.;
- використання сучасних технологій для організації активних ігор (це можуть бути інтерактивні заняття за допомогою спеціальних спортивних додатків або використання сенсорних технологій);
- табата тренування як високоефективний метод, що включає інтервальні тренування для розвитку силових якостей та витривалості (використання 20–секундних інтенсивних вправ, після яких слідує 10 секунд відпочинку);
- підготовчі вправи або теоретичні відомості з нових варіативних модулів (фрізбі–алтимат, флорбол, петанк, степ–аеробіка, корфбол, панна та ін..) інші види активностей.

2. **Вимоги щодо оформлення конспекту частин (частини) уроку (за вибором здобувача освіти).** Конспект повинен бути структурованим, методично обґрунтованим та адаптованим до рівня підготовленості учнів. Особливий акцент робиться на впровадженні нових видів спорту та поєднання кількох варіативних модулів на одному уроці.

1) Структура конспекту уроку (конспект може бути написаний у довільній формі описового характеру без традиційної таблиці, поділеної на зміст уроку–дозування навантаження–організаціні рекомендації)¹. А саме:

Тема уроку: назва та короткий опис змісту уроку; акцент на нові види (вид) спорту або нову рухову активність; перелік варіативних модулів, що поєднуються.

Мета уроку: **освітня** – формування нових навичок, засвоєння техніки нового виду спорту; **розвивальна** – розвиток координації, витривалості, сили, швидкості тощо; **виховна** – формування командного духу, дисциплінованості, самоконтролю; **оздоровча** – акцент на засоби фізичного виховання оздоровчо–профілактичного характеру.

Обладнання та інвентар: перелік необхідного спорядження, включаючи

¹ Неструктурованість конспекту зумовлена недостатнім досвідом здобувачів освіти у методиці його оформлення

нетрадиційне або інноваційне (наприклад, батуту, балансувальні дошки, TRX–петлі, фрізбі, тощо).

Організація класу: спосіб поділу на групу або команду; пояснення правил безпеки та організаційних моментів.

Зміст уроку:

Підготовча частина (5–10 хв.):

організаційний момент (шикування, привітання, повідомлення завдань уроку); мотиваційні налаштування (коротка розповідь про новий вид спорту, його популярність, переваги, техніку безпеки); розминка з акцентом на рухи, які будуть корисними в подальшій активності; використання стретчингових вправ, функціонального тренінгу або мобілізаційних вправ.

Основна частина (25–30 хв.)

– **Блок 1:** Вивчення нового виду спорту (наприклад, фрізбі, петанк, флорбол, кросфіт, скелелазіння тощо). Надання теоретичної інформації.

– **Блок 2:** Поєднання з іншим варіативним модулем (наприклад, інтеграція «паркур–елементів» у легку атлетику, «степ–аеробіки» у гімнастику), «панни» у футбол, «корфболу» у баскетбол та ін.).

– **Блок 3:** Ігрова або змагальна форма закріплення матеріалу (наприклад, міні–турнір, естафети, квести).

Заклучна частина (5–10 хв.) Вправи на відновлення (розтягування, дихальні техніки). Підведення підсумків уроку.

У конспекті доречно описати особливості поєднання варіативних модулів у навчальному процесі², зокрема:

Синергія рухових навичок – вибір модулів, які взаємодоповнюють один одного. Поєднання модулів має бути логічним та обґрунтованим з точки зору розвитку рухових навичок. Наприклад, можна інтегрувати такі види активностей, які допомагають покращити одну й ту саму групу фізичних якостей або коли однакові вправи спрямовані на розвиток різних фізичних якостей або груп м'язів. Основний принцип: підбір модулів повинен сприяти розвитку одних і тих самих фізичних якостей або давати можливість урізноманітнити рухові навички без надмірного навантаження.

Гнучка адаптації до різного рівня підготовленості – поділ на групи та модифікація вправ. Учні мають різний рівень фізичної підготовки, тому при комбінованих варіативних модулях важливо передбачити можливість адаптації завдань відповідно до індивідуальних можливостей кожного. Методи адаптації: диференційований підхід; зміна інтенсивності вправ; модифікація рухів; вибір альтернативних варіантів; індивідуальні та парні завдання – у разі роботи з менш підготовленими учнями можна

² Поєднання варіативних модулів у фізичному вихованні дозволяє зробити уроки більш різноманітними, ефективними та цікавими для учнів. Такий підхід сприяє комплексному розвитку фізичних якостей, урізноманітненню навантаження та підвищенню мотивації.

використовувати підтримку партнера або варіант роботи в парах для підвищення мотивації. Основний принцип: урок повинен бути доступним та ефективним для всіх учнів, незалежно від їх рівня підготовленості.

Використання інтерактивних ігор – додавання елементів змагання, командної роботи та нестандартних завдань. Ігровий формат навчання сприяє зацікавленості учнів, допомагає засвоїти нові види рухової активності у невимушеній формі та сприяє розвитку командної взаємодії.

Приклади інтеграції ігор у варіативні модулі: «Фітнес–квест» – поєднання вправ із різними видами спорту в серії послідовних випробувань (наприклад, композиції паркуру, легкої атлетики та силових вправ для подолання «смуги перешкод»); «Спортивна вікторина» – поєднання фізичних вправ з елементами інтелектуальних завдань (наприклад, після кожного успішного виконання вправи команда отримує всю підказку до загальної загадки). «Модифіковані командні ігри» – зміна правил відомих класичних ігор.

Основний принцип: інтерактивності.

Різноманітність тренувального процесу – відвідування типів завантаження та залучення нових форм активності. Методи забезпечення різноманітності: чергування видів фізичного навантаження; залучення нестандартного спортивного інвентарю; використання сучасних фітнес–трендів; додавання елементів реабілітаційного та відновлювального тренування (вправи на розслаблення); використання різних локацій при реалізації завдань уроку).

Спостереження за роботою вчителя фізичної культури. Спостереження за роботою вчителя при впровадженні нових видів спорту є етапом підготовки вчителя фізичної культури нового покоління. Така форма практики сприятиме оцінюванню ефективності освітнього процесу в НУШ та адаптації до нових фізичних активностей учнів.

Спостереження 1. Оцінюється професійна комунікація вчителя фізичної культури, зокрема: його вміння застосовувати спеціальну термінологію у процесі викладання нових видів рухової активності; вміння оцінити чіткість і конкретність поставлених завдань уроку; володіння фаховою термінологією при проведенні підготовчої частини уроку; підбір засобів навчання та логічність їх побудови; матеріали та ресурси (спортивний інвентар); дизайн і оформлення конспекту уроку вчителя фізичної культури; мовна грамотність.

Спостереження 2 і 3. Спостереження за уроком фізичної культури.

Теоретичний аспект: спостереження за діяльністю вчителя фізичної культури при впровадженні нових видів спорту має включати аналіз організації уроку, методики викладання, підтримки безпеки, ефективності навчання та взаємодії з учнями. Це допоможе оцінити якість проведення та знайти способи покращення освітнього процесу в НУШ.

Організаційні аспекти уроку: чіткість інструкцій правил щодо нового виду спорту; доступність пояснень та демонстрація основних технік і прийомів; використання допоміжних засобів (відеоматеріалів, плакатів, інвентарю тощо); організація простору для безпечного застосування на практиці спеціального інвентарю та обладнання; дотримання санітарно-гігієнічних норм і техніки безпеки.

Методика викладання: використання диференційованого підходу (адаптація відповідно до рівня підготовки учнів); спонукання до активної участі всіх учнів, незалежних від фізичних можливостей; чіткість інструкцій та вказівок під час виконання нових видів рухової активності; використання ігрових та змагальних технологій; надання зворотного зв'язку та корекція помилок і неточностей.

Взаємодія з учнями: створення позитивної атмосфери на уроці; мотивація учнів до активної участі; розвиток ініціативності та самостійності у вивченні нового виду спорту; підтримка учнів, які відчувають труднощі у виконанні вправ.

Розробка комплексів ЗРВ (за вибором здобувача освіти)

Варіант №1. Нестандартні комплекси вправ

«Тематичні концептуальні комплекси»

– Вправи для формування культури рухів з елементами гімнастики (ЗРВ біля гімнастичної стінки. Стрибкові вправи зі скакалкою. Лазіння по гімнастичній стінці. Смуга перешкод)

– Вправи для набуття навичок пересувань (спеціальні бігові вправи);

– Вправи для набуття навичок володіння м'ячем (вправи з великими або маленькими м'ячами).

– Вправи для формування постави і профілактики плоскостопості.

– Вправи «Фітнес у стилі супергероїв» – підбір вправи силового спрямування.

– Поєднання симетричних та асиметричних рухів – різні рухи для правої та лівої сторони тіла одночасно (приклад: одна рука робить колові оберти, інша – згинання–розгинання).

– Вправи «з викликом» – вправи, які учні повинні виконати певну кількість разів або в заданий час (наприклад, «зроби 10 присідань за 10 секунд»).

– «Спортивний конструктор» – вправи, що потребують підручні матеріали («пляшки з водою як гантелі», «книжки як обтяження», «саморобні м'ячика для металевих вправ», «скакалки для координації» та ін..).

– Вправи з використання музики з предметом або без предметів.

ЗРВ№2. Стандартний варіант комплексу.

9. Критерії оцінювання

Оцінювання знань студентів здійснюється за 100-бальною шкалою, яка переводиться відповідно у національну шкалу («відмінно», «добре», «задовільно», «незадовільно») та шкалу європейської кредитно-трансферної системи (ЄКТС – А, В, С, D, E, FX, F).

Критерії оцінювання видів робіт на практиці

<i>Назва (вид) критерію</i>	<i>Зміст (показники) критерію /максимальна кількість балів</i>
<i>Заліковий урок (2 ур. з індивідуальних видів спорту +3 ур. з командних видів спорту)</i>	<i>Ступінь виконання плану і досягнення поставленої мети. Чіткість і конкретність поставлених студентом завдань уроку, володіння фаховою термінологією, підбір засобів навчання та логічність їх побудови, матеріали та ресурси, дизайн і оформлення, мовна грамотність 5 уроків по 5 балів Максимальна кількість балів – 25</i>
<i>Спостереження</i>	<i>Грунтовно описані організаційний, методичний, та мотиваційний аспекти уроку 4 спостереження по 3 бали Максимальна кількість балів – 12 балів</i>
<i>Підготовка конспектів уроку та їх реалізація у процесі проведення уроку фізичної культури</i>	<i>Якість написаного конспекту (заповнення необхідних даних). Своєчасність ведення записів. Естетика записів. Чіткість і конкретність поставлених студентом завдань уроку, володіння фаховою термінологією, підбір засобів навчання та логічність їх побудови у кожній частині уроку. 5 конспектів по 4 балів Максимальна кількість балів – 20 балів</i>
<i>Практична робота №1</i>	<i>Якість вимірювання частоти серцевих скорочень (ЧСС) у стані спокою, після фізичних навантажень та під час відновлення. Аналіз отриманих результатів для оцінки рівня фізичної підготовленості та адаптації факторів до навантажень Максимальна кількість балів – 8 балів</i>
<i>Практична робота №2</i>	<i>Тестування фізичних якостей Максимальна кількість балів – 5 балів</i>
<i>Залік</i>	<i>Максимальна кількість балів – 30.</i>
<i>ВСЬОГО</i>	<i>100 балів</i>

ДИФЕРЕНЦІЙОВАНИЙ ЗАЛІК³

Теоретичні основи (усні запитання)

1. Що таке адаптаційний період при опануванні нового виду спорту і чому він важливий?
2. Які фізичні якості найбільше розвиваються під час зайняття (флорболом, паркурром)?

³ Здобувач освіти має право обрати форму складання заліку, яка найбільше відповідає його навчальним уподобанням та рівню підготовки, обравши між відповіддю на теоретичні питання або проходженням тестування.

3. Які базові технічні навички необхідно засвоїти перед початком занять корфболом?
4. Чому важливо дотримуватися правильної техніки виконання вправ при вивченні «Алтимату–фрізбі»?
5. Як впливає координація рухів на ефективність занять гімнастикою або акробатикою?
6. Яке екіпірування є обов'язковим для заняття степ–аеробікою, і яку роль воно створює у безпеці спортсмена?
7. Яких основних правил безпеки слід дотримуватися при вивченні зимових видів спорту?
8. Як підтримувати правильне дихання на витривалість спортсмена під час бігу на кросові дистанції?
9. Чим відрізняється тактика гри в командних видах спорту, таких як флорбол та футзал?
10. Яку розминку слід проводити при вивченні флорболу?
11. Ви плануєте спробувати займатися скандинавською ходьбою. Яка правильна техніка руху з палицями?
12. У вас виник страх під час занять у басейні. Які психологічні техніки вам потрібні для подолати паніки під водою?
13. Ви почали займатися спортивним орієнтуванням, але Вам важко орієнтуватися на місцевості. Які навички необхідно сформувати ?
14. Ви пробуєте застосовувати на практиці фітбольні м'ячі, але відчуваєте нестабільність. Як правильно розподілити вагу тіла, щоб зберегти рівновагу?
15. Ваш вихованець уперше займається бадмінтоном, але йому важко контролювати траєкторію польоту волана. Як правильно завершити точність ударів?
16. Ви проходите курс самооборони. Як правильно реагувати у разі раптового нападу, якщо Вас захопили за руку?
17. Під час роботи інструктором з плавання у таборі Ви пропонуєте дітям спортивні естафети у воді. Як дотримуватися техніки безпеки?
18. Що потрібно зробити, якщо дитина відчуває біль під час виконання вправи?
19. Яке взуття є найбільш безпечним для занять новими видами спорту?
20. Яких правил безпеки слід дотримуватися під час гри в командні види спорту?
21. Що потрібно зробити, якщо ви помітили небезпечну ситуацію (наприклад, слизьку підлогу)?
22. Яка порада учням допоможе уникнути травм під час фізичних вправ?
23. Що слід робити, коли ви спостерігаєте, як хтось отримав травму під час заняття?
24. Чому важливо дотримуватися дистанції під час командних ігор?
25. Чи можна покидати спортивну залу або спортивний майданчик, без дозволу вчителя?
26. У чому сутність фронтального методу організації учнів на уроці фізкультури при виконанні фізичних вправ?
27. Мета фізичного виховання у закладах освіти (власна думка здобувача освіти).
28. Які два аспекти є найважливішими при розробці уроків фізичної культури?

29. Які два методи найкраще сприяють залученню підлітків до фізичної активності?

30. Які два компоненти Табата-тренувань є визначальними?

Критерії оцінювання набутих знань і вмінь, захисту звіту практики

Кількість балів	Оцінка	Критерії оцінювання
30–25	Відмінно (A)	Якщо доповідь і відповіді на запитання вірні й повні
24–18	Добре В, С	Якщо доповідь недостатньо повна, а відповіді недостатньо вірні або викладені з незначними помилками
17–10	Задовільно D, E	Якщо доповідь неповна, а відповіді в основному вірні, але викладені зі значними помилками
9–1	Незадовільно FX, F	Якщо доповідь не підготовлена або не розкриває суті проведеної роботи

Тестові запитання **перший рівень складності** (1 правильна відповідь):

1. Який основний критерій вибору навчального закладу для впровадження новітніх ігрових і командних видів спорту?

- a) Рейтинг школи
- b) Матеріально–технічна база
- c) Локація школи
- d) Кількість учнів

2. До індивідуальних видів спорту належить:

- a) Легка атлетика
- b) Волейбол
- c) Футбол
- d) Регбі

3. Що є основною метою пропедевтичної практики?

- a) Ознайомлення студентів із методикою викладання
- b) Вивчення теоретичних засад педагогіки
- c) Проведення спортивних змагань
- d) Спостереження за фізичною активністю учнів

4. Який вид спорту не належить до командних?

- a) Баскетбол
- b) Йога
- c) Гандбол
- d) Футзал

5. Основна перевага індивідуальних видів спорту:

- a) Розвиток особистісних фізичних якостей
- b) Покращення командної взаємодії
- c) Вивчення тактики гри
- d) Формування командного духу

6. Який із запропонованих видів спорту є командним?

- a) Флорбол
 - b) Гімнастика
 - c) Легка атлетика
 - d) Йога
7. Що є важливим аспектом оцінки матеріально–технічної бази школи?
- a) Наявність інвентарю для різних видів спорту
 - b) Кількість учнів у школі
 - c) Графік уроків фізкультури
 - d) Кваліфікація викладачів
8. Яке обладнання необхідне для розвитку координації?
- a) Балансувальні м'ячі
 - b) Волейбольні сітки
 - c) Баскетбольні м'ячі
 - d) Футбольні ворота
9. Що є основним критерієм оцінки залученості учнів до занять?
- a) Частота виконання вправ
 - b) Успішність у навчанні
 - c) Вік учнів
 - d) Популярність спорту
10. Який методологічний підхід використовується в НУШ?
- a) Компетентнісний
 - b) Авторитарний
 - c) Лекційний
 - d) Індивідуальний

Тестові запитання **другий рівень складності** (1 правильна відповідь):

11. Яка роль майстер–класів у процесі підготовки майбутніх учителів фізичної культури?
- a) Ознайомлення з методикою викладання
 - b) Підвищення загальної фізичної підготовленості
 - c) Вивчення історії спорту
 - d) Участь у змаганнях
12. Який із запропонованих аспектів найбільше впливає на мотивацію учнів?
- a) Залученість до занять та різноманітність активностей
 - b) Кількість годин теоретичної підготовки
 - c) Контрольна система оцінювання
 - d) Обов'язкові нормативи
13. Який метод фізичного виховання сприяє розвитку витривалості?
- a) Кардіотренування
 - b) Вправи на розтяжку
 - c) Колове тренування.
 - d) Силове тренування.
14. Який із запропонованих видів спорту вважається новітнім у шкільній програмі?
- a) Алтимат–фрізбі
 - b) Футбол

с) Волейбол

д) Легка атлетика

15. Що є показником ефективності впровадження індивідуальних і командних видів спорту?

а) Динаміка фізичної активності учнів

б) Популярність виду спорту

с) Матеріально–технічне забезпечення

д) Успішність у теоретичних тестах

16. Який метод оцінки використовується для визначення рівня фізичної активності учнів?

а) Спостереження та аналіз виконання вправ

б) Опитування вчителів

с) Аналіз шкільного розкладу

д) Кількість спортивних гуртків у школі

17. Яке значення має інклюзивний підхід у фізичному вихованні?

а) Забезпечення рівного доступу до спортивної активності

б) Формування елітних спортивних груп

с) Розвиток командної взаємодії

д) Покращення матеріально–технічної бази

18. Що є головною метою впровадження технологій активного навчання у фізичне виховання ?

а) Підвищення зацікавленості та залученості учнів

б) Підготовка до професійного спорту

с) Підвищення кількості спортивних гуртків

д) Контроль відвідуваності уроків

19. Яке твердження про Табата–тренування є правильним?

а) Це короткотривалі високоінтенсивні інтервальні тренування

б) Це різновид йоги

с) Це форма традиційної гімнастики

д) Це виключно силові вправи

20. Який компонент є ключовим у розвитку командної взаємодії?

а) Тактичне мислення та комунікація

б) Фізична сила

с) Витривалість

д) Гнучкість

21. Які два основні фактори впливають на вибір спортивної активності для учнів?

а) Вікові особливості

б) Матеріально–технічна база школи

с) Кількість уроків фізкультури

д) Популярність виду спорту

22. Які два методи оцінки ефективності фізичного виховання використовуються найчастіше?

а) Спостереження за рівнем активності учнів

б) Опитування учнів і вчителів

с) Аналіз спортивних досягнень школи

д) Кількість проведених змагань

23. Які два види спорту можна віднести до новітніх командних активностей у шкільній програмі?
- a) Алтимат–фрізбі
 - b) Флорбол
 - c) Волейбол
 - d) Баскетбол
24. Які два основні фактори впливають на ефективність командної гри?
- a) Комунікація між гравцями
 - b) Тактичне мислення
 - c) Фізична сила
 - d) Гнучкість
25. Які два компоненти необхідні для розвитку координації та балансу?
- a) Вправи на нестабільних поверхнях
 - b) Сенсорні технології та тренажери
 - c) Заняття йогою
 - d) Вправи на витривалість
26. Які два ключові аспекти слід враховувати при адаптації індивідуальних видів спорту, що входять до шкільної програми?
- a) Доступність обладнання
 - b) Фізичний рівень підготовки учнів
 - c) Кількість занять на тиждень
 - d) Популярність виду спорту
27. Які два показники свідчать про високий рівень залученості учнів у фізичне виховання?
- a) Частота участі у спортивних заходах
 - b) Стійка мотивація до занять спортом
 - c) Високий середній бал у школі
 - d) Кількість спортивного інвентарю
28. Які два аспекти є найважливішими при розробці уроків фізичної культури?
- a) Різноманітність вправ та методик
 - b) Врахування індивідуальних можливостей учнів
 - c) Використання лише традиційних методів навчання
 - d) Чітке дотримання старих програм
29. Які два методи найкраще сприяють залученню підлітків до фізичної активності?
- a) Використання інтерактивних спортивних додатків
 - b) Залучення ігрових методик
 - c) Проведення теоретичних занять
 - d) Виконання обов'язкових нормативів
30. Які два компоненти Табата-тренувань є визначальними?
- a) Чергування інтенсивних вправ та коротких відпочинків
 - b) Розвиток сили та витривалості
 - c) Виконання лише статичних вправ
 - d) Тривалість занять понад годину

ЗАГАЛЬНІ КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ПРОХОДЖЕННЯ ПРАКТИКИ З ІНДИВІДУАЛЬНИХ І КОМАНДНИХ ВИДІВ СПОРТУ

Високий рівень (Відмінно). Досягнення високого рівня практичної підготовки передбачає не лише оволодіння методичними знаннями, а й здатність ефективно їх застосовувати на практиці, демонструючи педагогічну майстерність та професійне зростання.

Загальна характеристика: Майбутній учитель фізичної культури демонструє високий рівень професійної підготовки, володіє глибокими знаннями, професійними навичками та здатністю до самоаналізу.

Критерії:

1. Володіння професійною термінологією та комунікативними навичками:

1.1. Індивідуальні види спорту: Вміння чітко й коректно використовувати термінологію, специфічну для кожного індивідуального виду спорту (легка атлетика, гімнастика, плавання тощо).

1.2. Командні види спорту: Вільне володіння термінологією, що стосується командної тактики, стратегії гри та методики навчання (футбол, волейбол, баскетбол тощо).

1.3. Здатність адаптувати стиль комунікації до вікових та індивідуальних особливостей учнів як у груповій, так і в індивідуальній роботі.

1.4. Використання ефективних вербальних і невербальних засобів взаємодії з учнями. Відвідування та проведення залікових уроків.

2. Відвідування та проведення залікових уроків:

2.1. Індивідуальні види спорту: Проведення уроків з урахуванням методичних вимог для кожного індивідуального виду спорту, забезпечення безпеки та правильності техніки виконання вправ.

2.2. Командні види спорту: Застосування ефективних методик навчання командної взаємодії, організації тренувальних вправ, тактичної підготовки та гри.

2.3. Використання різноманітних методів навчання для забезпечення активної участі всіх учнів у навчальному процесі.

2.4. Створення сприятливого навчального середовища з дотриманням дисципліни та мотивації учнів віковим нормам. Виконання пульсометрії з обґрунтованими висновками.

3. Ведення щоденника практики:

– Систематичне та структуроване ведення щоденника практики з відображенням проведених занять, методичних спостережень, аналізу результатів тестування та рекомендацій щодо їхнього покращення.

Достатній рівень (Добре).

Загальна характеристика: Показує впевнене володіння базовими професійними навичками та знаннями з елементами аналізу власної діяльності.

Критерії:

1. Володіння професійною термінологією та комунікативними навичками:

- Орієнтування у професійній термінології з окремими неточностями. ✓
- Врахування вікових та індивідуальних особливостей учнів, проте з недоліками в адаптації комунікації.

2. Відвідування та проведення залікових уроків:

- Дотримання основних методичних вимог.
- Часткове використання ефективних методів навчання.
- Уміння створювати сприятливе середовище з незначними труднощами у підтриманні дисципліни.

3. Практична робота та дослідницькі навички:

- Проведення тестування фізичних якостей із частковим аналізом результатів.
- Виконання пульсометрії з поверхневими висновками.

4. Ведення щоденника практики:

- Заповнення щоденника практики з коротким аналізом та загальними рекомендаціями.

Задовільний рівень (Задовільно).

Загальна характеристика: Має базові професійні навички та знання, проте їх застосування є неповним і потребує вдосконалення.

Критерії:

1. Володіння професійною термінологією та комунікативними навичками:

1.1. Неповне володіння термінологією, специфічною для індивідуальних та командних видів спорту, з помилками при використанні в процесі навчання.

1.2. Недостатнє врахування вікових, фізичних та психологічних особливостей учнів під час проведення занять з індивідуальних видів спорту (наприклад, гімнастика, легка атлетика) та командних видів спорту (футбол, волейбол, баскетбол).

1.3. Обмежена здатність адаптувати стиль комунікації для забезпечення ефективної взаємодії в умовах групових та індивідуальних тренувань.

2. Відвідування та проведення залікових уроків:

2.1. Дотримання лише основних методичних вимог під час проведення уроків як з індивідуальних видів спорту, так і з командних.

2.2. Застосування переважно стандартних методів навчання, які не завжди відповідають специфіці командних (тактика, командна взаємодія) та індивідуальних видів спорту (особистісний підхід, техніка виконання вправ).

2.3. Недостатні навички створення сприятливого навчального середовища: труднощі в організації групових занять, підтриманні дисципліни та мотивації учнів під час проведення уроків з командних і індивідуальних видів спорту.

3. Практична робота та дослідницькі навички:

3.1. Неповний аналіз результатів тестування фізичних якостей учнів, що проводиться як у командних (оцінка загальної фізичної підготовки, тактичних умінь)

так і в індивідуальних видах спорту (швидкість, витривалість, сила, координація).

3.2. Поверхнєве виконання пульсометрії уроку фізичної культури без належного аналізу показників та їхнього зіставлення з вимогами до різних видів спорту.

3.3. Нечіткі висновки та відсутність конструктивних рекомендацій щодо вдосконалення фізичної підготовки учнів.

4. Ведення щоденника практики:

4.1. Щоденник практики ведеться нерегулярно або з пропусками, що не дозволяє відслідковувати динаміку професійного зростання.

4.2. Записи про проведення уроків з індивідуальних та командних видів спорту містять поверхневий аналіз діяльності з мінімальними рекомендаціями для покращення.

4.3. Недостатня увага до самоаналізу та відсутність чітких висновків щодо професійного вдосконалення.

Незадовільний рівень (Незадовільно)

Загальна характеристика: Продемонстровані професійні навички та знання є недостатніми для якісного виконання завдань практики. Спостерігається відсутність системності у виконанні завдань та суттєві помилки у їх реалізації.

Критерії:

1. Володіння професійною термінологією та комунікативними навичками:

1.1. Невпевнене користування професійною термінологією або її повна відсутність.

1.2. Неefективне використання вербальних і невербальних методів взаємодії.

1.3. Невміння адаптувати комунікацію до вікових та індивідуальних особливостей учнів.

2. Відвідування та проведення залікових уроків:

2.1. Недотримання основних методичних вимог під час проведення уроків як з індивідуальних видів спорту, так і з командних.

2.2. Використання обмежених або невідповідних методів навчання.

2.3. Нездатність створити належне навчальне середовище, проблеми з дисципліною та організацією діяльності учнів.

3. Практична робота та дослідницькі навички:

3.1. Відсутність або неправильне проведення тестування фізичних якостей учнів.

3.2. Некоректне або неповне виконання пульсометрії без відповідного аналізу.

3.3. Нездатність зробити обґрунтовані висновки на основі отриманих даних.

4. Ведення щоденника практики:

4.1. Щоденник практики або не ведеться зовсім, або є надзвичайно поверхневим та нерегулярним.

4.2. Відсутність самоаналізу та рекомендацій щодо вдосконалення діяльності

ЗАГАЛЬНА ШКАЛА ОЦІНЮВАННЯ

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ЄКТС	Оцінка за національною шкалою	
		для заліку	
90–100	A	відмінно	зараховано
82–89	B	добре	
74–81	C		
64–73	D	задовільно	
60–63	E		
35–59	FX	незадовільно	незараховано з можливістю повторного складання
0–34	F		незараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Здобувач освіти повинен відвідувати всі види занять, передбачені навчальним планом, згідно з розкладом. Графік консультацій із практики оприлюднений на інформаційному стенді кафедри теорії та методики фізичної культури. У разі відсутності здобувача на занятті він зобов'язаний його відпрацювати.

Здобувач освіти повинен самостійно виконати всі завдання практики. У випадку запозичень інформації, зобов'язаний коректно її відображати з посилання на першоджерело. Використання будь-яких джерел інформації під час проведення різних форм оцінювання знань (семестровий, підсумковий контроль) заборонено.

Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі здобувача освіти є підставою для її незарахування, незалежно від масштабів плагіату. Жодні форми порушення академічної доброчесності не толеруються. У випадку таких подій – реагування відповідно до Положення про академічну доброчесність учасників освітнього процесу Комунального закладу вищої освіти «Луцький педагогічний коледж» Волинської обласної ради.

Здобувач освіти повинен вчасно виконати всі завдання практики. У випадку відсутності здобувача освіти на занятті з об'єктивних причин (хвороба, заява по поважній причині) термін здачі робіт може бути змінений. До проведення захисту практики здобувач освіти має відпрацювати пропущені заняття та здати щоденник практики. Ліквідація заборгованості відбувається під час проведення консультацій з освітнього компонента за графіком, визначеним викладачем.

ПОЛІТИКА ЩОДО ВИЗНАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НЕФОРМАЛЬНОЇ ОСВІТИ

У разі набуття здобувачем освіти результатів навчання шляхом неформальної (курси підвищення кваліфікації, тренінги, семінари, спортивні школи, тренерські школи, стажування у спортивних клубах) або інформальної освіти, пов'язаних з індивідуальними та командними видами спорту, їх визнання здійснюється за умови

відповідності змісту, обсягу та результатів навчання вимогам освітнього компонента пропедевтичної практики або його окремих тем і завдань, визначених робочою програмою.

Результати неформального та/або інформального навчання можуть бути зараховані за наявності документального підтвердження (сертифікат, свідоцтво, довідка, інший офіційний документ), що засвідчує сформованість практичних умінь і навичок з організації, проведення та аналізу занять з індивідуальних і командних видів спорту, зокрема володіння базовою технікою, методикою навчання рухових дій, елементами суддівства, безпековими вимогами та навичками командної взаємодії. Визнання результатів навчання здійснюється відповідно до Положення про порядок визнання результатів навчання здобувачів вищої та фахової передвищої освіти, здобутих шляхом неформальної та/або інформальної освіти, у Комунальному закладі вищої освіти «Луцький педагогічний коледж» Волинської обласної ради з урахуванням актуальності здобутих компетентностей, їх практичної значущості для професійної діяльності майбутнього вчителя фізичної культури та відповідності цілям і результатам пропедевтичної практики.

ЗРАЗКИ!!!

ЗВІТНА ДОКУМЕНТАЦІЯ ПРАКТИКИ З ІНДИВІДУАЛЬНИХ І ІГРОВИХ ВИДІВ СПОРТУ

1. ДОПОМІЖНІ ДАНІ БАЗИ ПРАКТИКИ

(РОЗКЛАДИ УРОКІВ, ДЗВІНКІВ, ВІДОМОСТІ ПРО ВЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ
КУЛЬТУРИ, ПЕРЕЛІК ІНДИВІДУАЛЬНИХ І КОМАНДНИХ ВИДІВ СПОРТУ)

Зразок заповнення

Знайомство з навчальним закладом

Місце проходження практики. Заклад загальної середньої освіти І–ІІІ ступенів (міський/сільський), що здійснює освітню діяльність відповідно до чинного законодавства України та концепції Нової української школи.

Методист практики. Викладач циклової комісії (кафедри) фізичної культури, відповідальний за організацію та супровід педагогічної (пропедевтичної) практики.

1. Із бесіди з членами адміністрації школи було з'ясовано, що навчальний заклад має багаторічну історію та стабільні освітні традиції. У своїй діяльності школа орієнтується на реалізацію компетентнісного підходу, створення безпечного та здоров'язбережувального освітнього середовища, упровадження ідей Нової української школи. Освітній процес організований відповідно до Державних стандартів початкової та базової середньої освіти, активно впроваджуються сучасні педагогічні технології, інтегроване навчання та практикоорієнтовані підходи.

2. Характеристика педагогічного і учнівського колективів навчального закладу. Педагогічний колектив характеризується достатнім рівнем професійної підготовки, наявністю вчителів з вищою та першою кваліфікаційними категоріями,

систематичним підвищенням кваліфікації. Учнівський контингент є різновіковим, з урахуванням індивідуальних освітніх потреб здобувачів освіти, у тому числі учнів з різним рівнем фізичної підготовленості.

Директор. Здійснює загальне керівництво закладом, координує освітній процес, забезпечує умови для впровадження НУШ, підтримує розвиток фізичної культури та спорту в школі.

3. Перелік індивідуальних та командних видів спорту, зазначених у календарно-тематичних плануваннях учителів фізичної культури

Індивідуальні види спорту: легка атлетика, гімнастика, загальна фізична підготовка, елементи фітнесу, рухова активність оздоровчого спрямування. Командні види спорту: волейбол, баскетбол, футбол, рухливі та спортивні ігри з м'ячем, естафети.

4. Матеріальна (спортивна) база для індивідуальних та групових видів спорту. Навчальний заклад має спортивну залу, спортивний майданчик, базовий спортивний інвентар (м'ячі, скакалки, гімнастичні лави, мати, обручі, конуси), що забезпечує проведення занять з індивідуальних і командних видів спорту та дотримання вимог безпеки.

5. Позаурочна робота (спортивні секції, гуртки)

Індивідуальні види спорту: гурток загальної фізичної підготовки, оздоровча гімнастика, легка атлетика. **Командні види спорту:** секції з волейболу, баскетболу, футболу, участь у шкільних та міжшкільних спортивних змаганнях.

7. Практика використання нових видів спорту в контексті концепції НУШ

Індивідуальні: фітнес-вправи, елементи йоги, рухливі вправи на координацію, вправи з власною вагою тіла. **Командні:** флорбол, адаптовані ігрові модулі, командні рухливі ігри з варіативними правилами, спрямовані на розвиток співпраці та комунікації.

8. Вчитель фізичної культури (наставник), стаж роботи, особливості роботи. Учитель фізичної культури має багаторічний педагогічний стаж, володіє сучасними методиками навчання, дотримується принципів НУШ, застосовує диференційований та індивідуальний підхід, приділяє увагу формуванню мотивації учнів до рухової активності, безпечній організації занять та розвитку командної взаємодії.

Орієнтовний розклад уроків для 5 класу

День тижня	1 урок	2 урок	3 урок	4 урок	5 урок
Понеділок	Українська мова	Математика	Історія України	Фізична культура	Музичне мистецтво
Вівторок	Українська література	Англійська мова	Природознавство	Фізична культура	Образотворче мистецтво
Середа	Математика	Українська мова	Інформатика	Трудове навчання	Основи здоров'я
Четвер	Українська література	Географія	Англійська мова	Фізична культура	Класна година
П'ятниця	Математика	Природознавство	Українська мова	Фізична культура	Зарубіжна література

Субота (за потреби)	Гурткова робота	Спортивні секції	Факультативи	—	—
---------------------	-----------------	------------------	--------------	---	---

Виконання програми педагогічної (пропедевтичної) практики зразок оформлення

№ з/п	Програма педагогічної практики	Відмітка про виконання
1	Ведення щоденника	Виконано в повному обсязі
2	Знайомство з навчальним закладом (місце проходження практики)	Виконано
3	Знайомство з матеріально-технічною базою	Виконано
4	Ознайомлення з календарно-тематичним плануванням учителя фізичної культури	Виконано
5	Консультація методиста та вчителя фізичної культури	Проведено
6	Проведення уроку з індивідуального виду спорту № 1	Проведено
7	Проведення уроку з індивідуального виду спорту № 2	Проведено
8	Проведення уроку з групового (командного) виду спорту № 3	Проведено
9	Проведення уроку з групового (командного) виду спорту № 4	Проведено
10	Проведення уроку з групового (командного) виду спорту № 5	Проведено
11	Проведення спостережень	Виконано
12	Пульсометрія уроку фізичної культури (практична робота № 1)	Виконано
13	Проведення тестування щодо розвитку фізичних якостей (практична робота № 2)	Виконано

ЗРАЗОК ЗАПОВНЕННЯ

Робочі записи під час практики (СПОСТЕРЕЖЕННЯ)

Спостереження № 1

Дата: 15.03.2026

Хто проводить: учитель фізичної культури

Клас: 5-Б

Тема уроку: Баскетбол. Ведення м'яча та передача двома руками від грудей у русі.

Мета уроку: формування первинних навичок ведення і передачі м'яча в баскетболі; розвиток координації рухів; виховання дисципліни та вміння працювати в команді

Таблиця спостереження та методичного аналізу

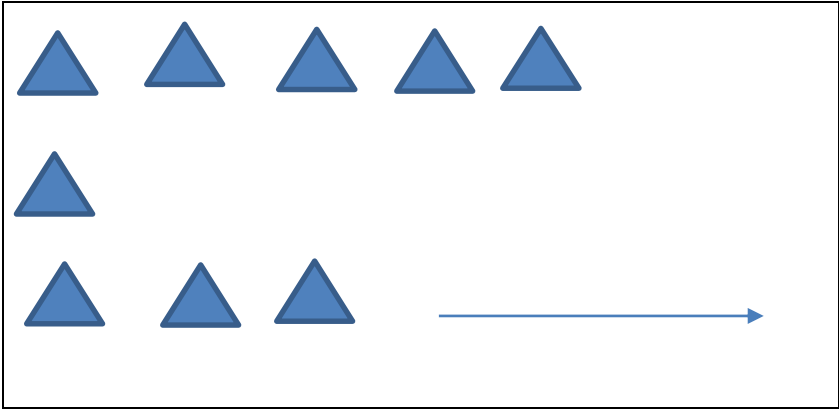


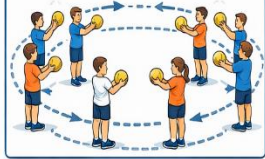
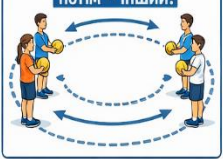
Програма спостереження	Методичний аналіз заняття / коментарі
Чіткість і конкретність поставлених учителем завдань уроку	Завдання уроку сформульовані чітко та доступно; визначено навчальні, розвивальні та виховні цілі відповідно до теми «Баскетбол».
Поведінка вчителя, його спортивна форма, впевненість, звернення до дітей, подача команд і розпоряджень	Учитель у спортивній формі, впевнений, організований; команди подаються чітко, звернення коректні, доброзичливі, з дотриманням педагогічного такту.
Опис виду спорту	Баскетбол - командний ігровий вид спорту, що сприяє розвитку швидкості, координації, витривалості та командної взаємодії; на уроці опрацьовувались ведення і передача м'яча.

Індивідуальний підхід до учнів	Завдання диференційовано за рівнем підготовленості; учитель надає індивідуальні рекомендації та корекцію техніки виконання вправ.
Повноцінність змісту уроку. Розподіл навчального матеріалу за частинами уроку	Урок логічно структурований (підготовча, основна, заключна частини); перехід між частинами послідовний, навантаження зростає поступово.
Ступінь виконання плану і досягнення поставленої мети	План уроку виконано повністю; більшість учнів опанували базові елементи техніки ведення та передачі м'яча.
Контроль за станом навантаження, забезпечення страхування і допомоги	Здійснюється постійний візуальний контроль; інтенсивність навантаження регулюється, вимоги безпеки дотримані.
Відхилення від конспекту уроку і його обґрунтованість	Незначні відхилення пов'язані з додатковим поясненням техніки окремим учням; методично обґрунтовано.
Виховна робота з учнями на уроці	Формуються дисциплінованість, взаємоповага, відповідальність та навички командної співпраці.

Зразок план-конспекту уроку

ПІДГОТОВЧА ЧАСТИНА (НУШ)

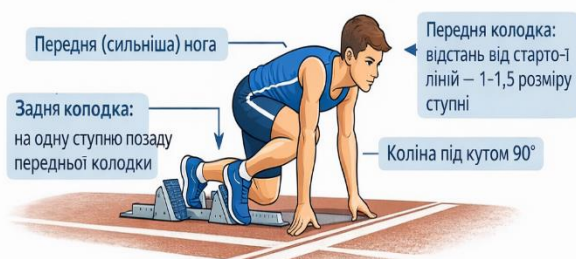
Етап уроку	Зміст діяльності (дитиноцентрично)	Наочність (вставити у Word)
Організація класу	Дружнє шикування, позитивне налаштування на урок, коротка мотиваційна бесіда («Сьогодні навчимося метати м'яч правильно і безпечно»)	<p>Мал. 1. шикування учнів</p> <p>ШИКУВАННЯ В ОДНУ ШЕРЕНГУ</p> <p>Відстань на ширину долоні обо втягнутої руки → 15 см → або</p> <p>На відстань витягнутої руки</p> <p>ОРІЕНТИР: ПРАВОРУЧ →</p> <p>1. «В ОДНУ ШЕРЕНГУ – СТАВАЙ!»</p> <p>2. «РІВНЯЙСЬ!»</p> <p>3. «СТРУНКО!»</p> <p>● = Учень</p>

Ходьба і біг	Ходьба та біг у формі темпі	<p>Мал. 2. Ходьба та біг з ігровими сигналами</p> 
ЗРВ з м'яче	Загальнорозвивальні вправи у власному темпі, акцент на самоконтроль і радість руху	<p>Мал. 3. Загальнорозвивальні вправи з м'ячем</p> <p>ВПРАВИ З М'ЯЧАМИ У КОЛІ</p>  <p>Учні стоять в колі. Кожен тримає м'яч. Тренер дає команди:</p> <p>Учні стоять в колі. Кожен тримає м'яч. ●● = учень</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="625 1153 837 1377"> <p>1. ПЕРЕДАВАЙТЕ М'ЯЧ ПО КОЛУ!</p>  </div> <div data-bbox="849 1153 1114 1377"> <p>2. ПЕРЕДАВАЙТЕ М'ЯЧИ В ПАРАХ НАВПРОТИ!</p>  </div> <div data-bbox="1125 1153 1348 1377"> <p>3. ПЕРЕДАВАЙТЕ М'ЯЧИ ПО КОЛУ СПОЧАТКУ В ОДИН БІК, ПОТІМ – ІНШИЙ!</p>  </div> </div> <p>●● = учень</p>

ОСНОВНА ЧАСТИНА

Етап уроку	Зміст діяльності	Наочність (вставити у Word)
Низький старт	Вивчення техніки низького старту у формі гри «Хто уважніший?»	Мал. 4. Низький старт

НИЗЬКИЙ СТАРТ



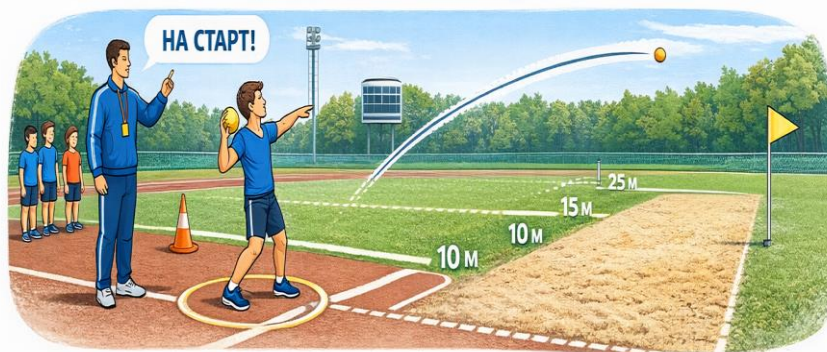
Учні стоять в колі. Кожен тримає м'яч – 1-1,5 розміру ступні.

<p>1. ЗЙТИ НА СТАРТОВІ КОЛОДКИ</p>	<p>2. ПРИГАДВАТЬСЯ!</p> <ul style="list-style-type: none"> • Руки на ширні плечей. Пальці впираються в землю за стартовою лінією 	<p>3. УВАГА! ВИХІД!</p> <ul style="list-style-type: none"> • Підняти таз, зігнути обидва коліна під кутом 90°. Вага на руках і передній нозі
<p>1. ЗЙТИ НА СТАРТОВІ КОЛОДКИ</p> <p>20 см</p>	<p>2. ПРИГАДВАТЬСЯ!</p> <p>40 см</p>	<p>3. УВАГА! ВИХІД!</p>

Навчання метання через образні підказки («кидаємо м'яч через хмару»), дотримання безпеки

Мал. 5. Метання м'яча способом «із-за спини через плече»

МЕТАННЯ М'ЯЧА



<p>1. ПІДГОТУВАТЬСЯ!</p>	<p>2. МЕТАЙ!</p>	<p>3. ЗАПАМ'ЯТАТИ ВІДСТАНЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Чекай сигналу вчителя та запам'ятай місце падіння м'яча.
<ul style="list-style-type: none"> • Встань у коло поблизу прапорця. М'яч у руці на рівні голови. Протилежна рука вбік. Зігнуту руку з м'яч 	<ul style="list-style-type: none"> • Нахились назад, перенеси вагу на задню ногу. • З розмаху кинь м'яч уперед на дальність. 	<ul style="list-style-type: none"> • Чекай сигналу вчителя та запам'ятай місце падіння м'яча.

Метання м'яча

Біг на витривалість

Біг у комфортному темпі, контроль дихання і самопочуття

Мал. 7. Біг на витривалість

БІГ НА ВИТРИВАЛІСТЬ



1. ПІДГОТУВАТИСЬ!



- Статти на старт та налаштуватись, подумати про дистанцію

2. ПОЧАТИ БІГ!



- Започати біг, тримати темп. Бігти з рівним, помірним, але впевненим темпом.

3. ТРИМАТИ ТЕМП



- Тримати обраний темп. Дихати рівномірно. Не прискорюватись на початку

4. ФІНІШУВАТИ!



- Прискортитись та покращити фініш. Бігти до кінці! Хто молодець? а молодець!

Поради: ✓ Починайте з комфортного темпу ✓ Вибирайте свій темп та дихайте

Рухлива гра

Рухлива гра «Чарівна лав» з елементами стрибків

Мал. 8. Рухлива гра на уроці

ІГРИ З ЕЛЕМЕНТАМИ СТРИБКІВ



1. НА ЛАВУ - ВСТАНЬ!



- НА ЛАВУ - ВСТАНЬ!

2. СТРИБАЙ ПО ЛАВИ!



- СТРИБАЙ ПО ЛАВИ!

3. СТРИБАЙ З ЛАВИ!



- СТРИБАЙ З ЛАВИ!

4. НАВКОЛО ЛАВИ!



- НАВКОЛО ЛАВИ!

● = рух за командою вчителя ● = учень - - - - -> ● = рух за командою вчителя

ЗАКЛЮЧНА ЧАСТИНА

Етап уроку	Зміст діяльності	Наочність (вставити у Word)
Відновлення	Вправи на розслаблення м'язів ніг, дихальні вправи	<p>Мал. 9. Вправи на розслаблення Мал. 10. Рефлексивне коло</p> <p style="text-align: center;">РОЗСЛАБЛЕННЯ ТА РЕФЛЕКСИВНЕ КОЛО</p>
Рефлексія	Коротке обговорення: «Що вдалося?», «Що сподобалося найбільше?»	<p>• Порада: заплющ очі та уяви себе у приємному і спокійному місці (на пляжі, в лісі, на галявині) • Тренер по черзі задає питань тання.</p>

ДОСЛІДНИЦЬКА РОБОТА

(визначення рівня фізичних навантажень за пульсом на уроці фізичної культури) (примітка) (практичне заняття № 1)

Мета роботи

Навчитися визначати рівень фізичного навантаження учнів під час уроку фізичної культури шляхом систематичного вимірювання частоти серцевих скорочень (пульсу) та аналізу його змін упродовж заняття.

Підготовчий етап

Для проведення практичної роботи обирається один учень класу (дитина без медичних протипоказань до занять фізичною культурою, бажано з основної медичної групи). Вибір однієї дитини зумовлений необхідністю отримання стабільних, порівнюваних показників пульсу протягом усього уроку.

Перед початком уроку вчитель:

- пояснює учневі мету спостереження та порядок вимірювання пульсу;
- нагадує правила безпечної поведінки та самоконтролю під час фізичних навантажень;
- визначає спосіб вимірювання пульсу (на променевій артерії або на сонній артерії);
- готує бланк фіксації результатів (схему визначення пульсу).

Порядок виконання роботи

1. Початкове вимірювання (5–та хвилина уроку). На 5–й хвилині уроку (після організаційної частини та початку розминки) вчитель зупиняє учня та проводить перше вимірювання пульсу. Пульс підраховується протягом 10 або 15 секунд з подальшим перерахунком до 1 хвилини. Отриманий показник фіксується у схемі навпроти відповідної хвилини уроку.
2. Подальші вимірювання пульсу Упродовж уроку вимірювання пульсу здійснюється через кожні 5 хвилин (на 10–й, 15–й, 20–й, 25–й, 30–й, 35–й, 40–й та 45–й хвилинах уроку). Вимірювання проводяться:
 - безпосередньо після виконання основних вправ;
 - у короткі паузи між видами діяльності;
 - наприкінці уроку – після заключної частини.

Усі отримані показники акуратно заносяться до схеми, що дозволяє простежити динаміку зміни пульсу протягом заняття.

3. Дотримання однакових умов вимірювання

Для забезпечення об'єктивності результатів важливо:

- використовувати один і той самий спосіб вимірювання пульсу;
- проводити вимірювання в однаковому положенні тіла (стоячи або сидячи);
- не допускати тривалих пауз перед підрахунком пульсу.

Аналіз отриманих результатів

Після завершення уроку отримані дані аналізуються з урахуванням:

- відповідності показників пульсу віковим нормам;
- рівня фізичного навантаження в різних частинах уроку;
- чергування навантаження та відновлення.

На основі показників визначається, у якій зоні перебував учень:

- зона спокою (підготовча та заключна частини);
- аеробна зона (основна частина уроку);
- анаеробна зона (інтенсивні вправи або змагальні елементи).

Формулювання висновку

У розділі «Висновок» робиться узагальнення щодо:

- доцільності та рівномірності фізичного навантаження;
- відповідності навантаження віковим і фізичним можливостям учня;
- ефективності структури уроку фізичної культури.

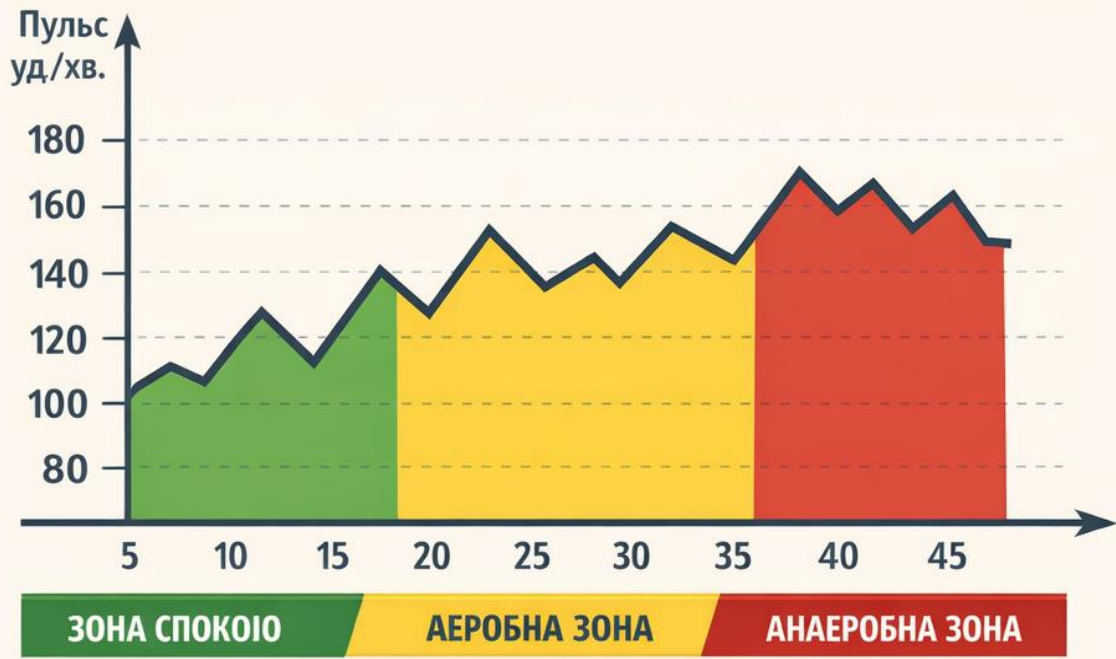
Висновок формулюється стисло, логічно та аргументовано, із зазначенням того, чи було фізичне навантаження оптимальним, недостатнім або надмірним.

ПРАКТИЧНА РОБОТА №1

(визначення рівня фізичних навантажень за пульсом на уроці фізичної культури)

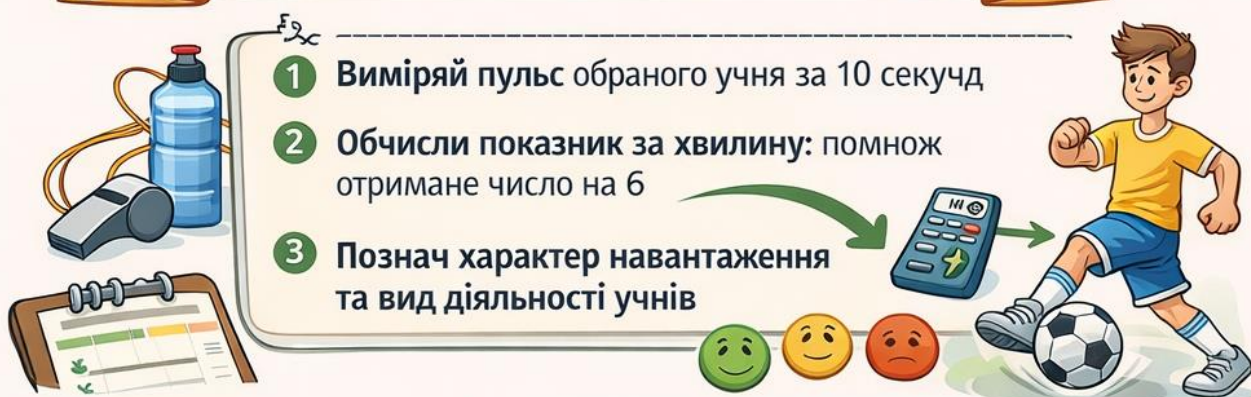


Пульс уд./хв.



Висновок:


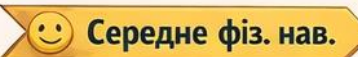

Заповнення таблиці!



- 1 Виміряй пульс обраного учня за 10 секунд
- 2 Обчисли показник за хвилину: помнож отримане число на 6
- 3 Познач характер навантаження та вид діяльності учнів

Хвилина уроку	Показник пульсу	Характер навантаження	ВИДИ ДІЯЛЬНОСТІ
5	18/110	← Легке фіз. нав. →	Різновиди ходьби з різним положенням рук (зразок)
10		← Середне фіз. нав. →	
15		← Інтенсивне фіз. нав. →	
20			
25			
30			
35			
40			
45			

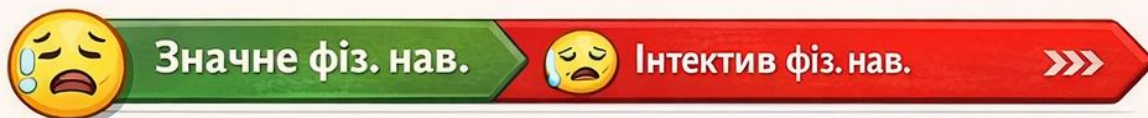
- 1 Виміряй пульс обраного учня за 10 секунд
- 2 Обчисли показник за хвилину: помнож отримане число на на 6.
- 3 Познач характер навантаження та вид діяльності учнів

 Легке фіз. нав.
  Середне фіз. нав.
  Інтенсивне фіз. нав.

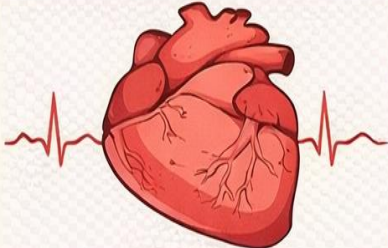



ЧСС на уроках фізичної культури



Характер навантаження	Показник пульсу	За 10 с ЧСС _{уд/хв.}	ВИДИ ДІЯЛЬНОСТІ
	 Легке фізичне навантаження	13/80	
		15/90	
		16/100	
	 Середнє фізичне навантаження	20/120	
		21/130	
		23/140	
		25/150	
	 Значне фізичне навантаження	26/160	
		28/170	
		30/180	
		31/190	
		33/200	



ЧСС на уроках фізичної культури

Характер навантаження:	ЧСС за 10 с (уд./хв.)	Способи вимірювання пульсу:
	13/80	
	15/90	
	16/100	
	18/110	
– легке фізичне навантаження:	20/120	
21/130		
– середнє фізичне навантаження:	23/140	
25/150		
– значне фізичне навантаження:	26/160	→ 26/160
	28/170	→ 28/170
	30/180	→ 30/180
	31/190	→ 31/190
	33/200	→ 33/200

ЗРАЗОК!

ВИСНОВОК ЗА ПОКАЗНИКАМИ ЧСС НА УРОЦІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ (ЗА ФАКТИЧНИМИ ЗНАЧЕННЯМИ)

За результатами вимірювання частоти серцевих скорочень протягом уроку фізичної культури встановлено, що пульс учнів змінювався в межах 13–26 ударів за 10 секунд, що відповідає 80–160 уд/хв.

- У підготовчій частині уроку (шикування, вправи з м'ячами, загальнорозвивальні вправи) ЧСС становила 13–18 уд/10 с (80–110 уд/хв), що

відповідає легкому **фізичному навантаженню** та забезпечує поступове включення організму в роботу.

- Під час **основної частини уроку** (біг на витривалість, ігрові вправи з елементами стрибків, метання м'яча) ЧСС підвищувалася до **20–26 уд/10 с (120–160 уд/хв)**, що відповідає **середньому фізичному навантаженню**, оптимальному для розвитку витривалості, швидкісно-силових якостей і координації.
- **Показники ЧСС 28–33 уд/10 с (170–200 уд/хв)**, які характеризують **значне фізичне навантаження**, упродовж уроку **не фіксувалися**, що свідчить про відсутність перевантаження учнів.
- У **заключній частині уроку** (вправи на розслаблення, дихальні вправи, рефлексивне коло) відзначалося **зниження ЧСС**, що підтверджує ефективність відновлювального етапу.

Загальний висновок. Динаміка пульсу протягом уроку відповідає фізіологічним нормам та рекомендаціям для уроків фізичної культури. Навантаження було дозованим, безпечним і педагогічно доцільним, структура уроку забезпечила поступове підвищення та своєчасне зниження ЧСС, що позитивно вплинуло на функціональний стан учнів.

Практична робота №2

Приклад !

Тестування фізичних якостей

Протокол орієнтовних комплексних тестів для оцінювання стану фізичної підготовленості учнів 5-А класу

ІБ учня / учениці	СпритністьРез.	Бал	ГнучкістьРез.	Бал	Сила Рез.	Бал
Іваненко Артем	Човниковий біг 4×9 м – 11,2 с	8	Нахил уперед – +4 см	7	Підтягування – 6 р.	8
Петренко Максим	4×9 м – 10,9 с	9	Нахил уперед – +3 см	6	Підтягування – 7 р.	9
Коваль Денис	4×9 м – 11,5 с	7	Нахил уперед – +2 см	6	Підтягування – 5 р.	7
Мельник Софія	4×9 м – 11,8 с	7	Нахил уперед – +9 см	10	Згинання рук (30 с) – 14 р.	8
Бондар Анастасія	4×9 м – 11,4 с	8	Нахил уперед – +8 см	9	Згинання рук (30 с) – 13 р.	7
Шевчук Марія	4×9 м – 12,0 с	6	Нахил уперед – +10 см	10	Згинання рук (30 с) – 15 р.	9

Варіант №1. Нестандартні комплекси вправ «Тематичні концептуальні комплекси»

Мета: Розвиток рухової культури, координації, сили, витривалості та інтересу до занять фізичною культурою шляхом використаних нестандартних, інтегрованих і креативних форм рухової діяльності.

Структурна схема комплексу

1. Блок формування культури рухів

Зміст вправ:

- ацлальнорозвивальні вправи біля пимастичний стийки;
- струбкові вправи д смакалово;
- данння по пайдстичний стийки;
- - Онута пертавнов (посовання посования: пореступання справили).



2. Блок пересувань

- Спеціальні бігові вправи (висовий (лажей стегві), заольсетування корькіх прескавні кроки, би зі зміною напрянку.

Спрамування: свєетє, вл триєвилтсєтє, рати рохів.



3. Блок володіння м'ячем

Зміст вправ:

- вправи з вегиними та заллюкї ильцїи, ицьимх, лекїїлїя, фогїх, стрибїб.



Спрамування: нїахвієстє, вєрїхїнїєстє, рати рухів.

4. Блок формування постави та профілактики плоскостопості.

Зміст вправ:

- вправи дїє мї'яєтє та зкбога;
- гомєтє ца поєнїє, оєгїх;
- земцалому трїя стоїє;
- вправи у єрївїнїя-прївїєтїамї дїя стоп

Спрамування: прїбїїакїтїка поруєнь ОРП, обрїмування прївїачїкї несївїїє.



5. Фітнес-блок «Супергерої»

Зміст вправ:

- стїноа вправи з вїяєсопом: вїкїєвє; впамяїя, прїбїцїанїї, вїпадї; (нораманїя - з ца суперїфїє, же геров, вємаєсь)

Спрамування: сїлїя, вєтїїєкїєстє рати рухів.



6. Блок «Вправи з викликом»

Зміст вправ:

- вїаєшїлїндїя вправ мїльцєтє абє цє ца'я гвїєстїрацїє; (а 10 зїкїдїє; тїксїємєнїя пїанїєтє)
- вправи є дрїбнїмї прївїєтїамї

Спрамування: нємїїїїєвїєсїїє, втпрїєстє- прївїачїїї прївїєєстїїє.



Прїмїтїка: Комплекс вїрїєтєсья залєжнїє вїд вїкїє здїбувачїєв освїтї (5-12 класї), умїєа прївєдєннїя та рївнїя фїзїчнїєї пїдтїєвїєленїєстї.

9. Блок «Спортивний конструктор»

Зміст вправ:

- вправи д мушнїїм супрївєдїєвїє; залятїєтїє обрїамєтїєвїє є20 бїкїїм
- вправи є дрїбнїмї прївїєтїамї дїя стоп.

Спрамування: зрїєтїєнїєстє, вїрїєкїєвїєннїя крїєатїєсїїїє вїпрїїємїєвїєсїїє.





Схема. Варіант №2. Стандартний комплексу ЗРВ



Мета: Придбання, закріплення і розвиток основних рухових навичок: координація, правильна постава, гнучкість, сила, рівновага тощо.

1. Вправи у русі

- походка на носках,
- ходьба у налівприсаді,
- біг приставними кроками,



• **Спрамування:** воведіяця, гнучкість, сила, точність рулів.

2. Вправи для формування постави

- вправа з дрібним предметом у сиді,
- ходьба зменшеною площиною опори,



• **Спрамування:** наміги те! правання посдери гочюба,

3. Вправи для гнучкості

- Зміст вправ:
- вправа з дрібним предметом у сиді,
- ходьба зменшеною площиною опори,



• **Спрамування:** інавоитв, втуюба, рати рухсв. • 1

4. Вправи для зміцнення м'язів

- Зміст вправ:
- нахили, повороти тулуба,
- підтриика стопою



• **Спрамування:** кооодинай, поугоба,

3. Вправи для гнучкості

- Зміст вправ:
- нахили, повороти тулуба,
- підтриика стопою.



• **Спрамування:** яреч текитв, бооприкетв, практична рохціє,

4. Блок «Вправи з викликом»

- Зміст вправ:
- присідання,
- вцяхижання,
- підком ніг пежачи



• **Спрамування:** рихія, воводчнни болк, пролощеннй рулів.

Тривалість комплексу: 8–10 хвилин у I–III класах 10–12 хвилин у IV–VI класах.



Зразок!

ОРІЄНТОВНИЙ ЗВІТ

Під час проходження педагогічної практики студенти брали участь у підготовці та проведенні навчальних занять з фізичної культури, а також виконували завдання, передбачені програмою практики.

У межах залікового контролю студенти провели **5 уроків фізичної культури**, з яких **2 уроки з індивідуальних видів спорту** та **3 уроки з командних видів спорту**.

Під час проведення уроків було дотримано структури заняття, забезпечено чітке формулювання мети та завдань, логічну послідовність навчального матеріалу, доцільний підбір засобів і методів навчання. Студенти демонстрували володіння фаховою термінологією, мовну грамотність, а також використовували відповідні матеріали й ресурси. Оформлення навчальних матеріалів відповідало вимогам методики викладання.

У процесі практики здійснено **4 спостереження за уроками фізичної культури**, під час яких студенти аналізували організаційні, методичні та мотиваційні аспекти проведення занять. Отримані спостереження сприяли формуванню умінь педагогічного аналізу та самооцінювання професійної діяльності.

Студентами підготовлено та реалізовано **5 конспектів уроків фізичної культури**, які відзначалися повнотою заповнення необхідних розділів, чіткістю поставлених завдань, логічною побудовою кожної частини уроку, доцільним добором вправ і засобів навчання. Конспекти велися своєчасно, акуратно та відповідали естетичним вимогам.

У межах **практичних робіт** студенти виконали:

- **Практичну роботу №1**, під час якої здійснювалося вимірювання частоти серцевих скорочень (ЧСС) у стані спокою, після фізичного навантаження та в період відновлення;
- **Практичну роботу №2**, що передбачала тестування фізичних якостей учнів.
- Отримані показники ЧСС були проаналізовані з метою оцінки рівня фізичної підготовленості учнів та адекватності фізичних навантажень, що дозволило зробити висновки щодо ефективності організації уроку фізичної культури.

Загалом виконані види робіт підтверджують сформованість у студентів базових професійних умінь учителя фізичної культури, здатність планувати, організовувати та аналізувати освітній процес.

Підпис студента: _____ Дата: _____

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. «Теорія і методика викладання футболу». Методична розробка: к. пед. н., доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання Сивохоп Е.М., к.пед.н., доцент кафедри фізичного виховання Маріонда І.І., ст. викладач кафедри фізичного виховання Шкірта М.І. – Ужгород, 2013. – 52с. Режим доступу: <http://dspace.uzhnu.edu.ua>.
2. Байдюк М. Легка атлетика з методикою викладання: навч. посібник. Чернівці: Чернівець. нац. ун–т ім. Ю. Федьковича, 2023. 184 с.
3. Без'язичний Б.І., Журід С. М. Теорія та методика ігрових видів спорту. Навчальний посібник для студентів інститутів фізичної культури. – ХДАФК, 2020 р.– 185 с. URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): <http://repo.khdafk.kh.ua/bitstream/123456789/1308/1/Пособие%20кр.мод.%204%20курс%20%20Wo rd.pdf>
4. Бобровник В., Совенко С., Колот А. Легка атлетика: Навчальна програма для дитячо–юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо–юнацьких спортивних шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю: Логос, 2019. 192 с.
5. Лоза Т. О. Л 72 Педагогічна практика з фізичної культури з учнями 5–9 класів : навчально–методичний посібник для студентів III курсу педагогічних університетів спеціальності «Фізичне виховання» / Т. О. Лоза. Суми : Вид–во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2016. 128 с
6. Основи тактичної підготовки у футболі: навч. посібник / укл.: Осадець М.М., Байдюк М.Ю. – Чернівці: Чернівецький нац. ун–т ім. Ю. Федьковича, 2021. 104 с. Режим доступу: https://archer.chnu.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/123456789/2122/Осадець_Основи%20тактичної%20підготовки.pdf?sequence=1&isAllowed=y
7. Педагогічна практика (виробнича) у загальній школі: методичні рекомендації / упоряд. Т. О. Лоза, Д. В. Бермудес. Суми: Вид–во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2020. 39 с.
8. Платонов В. Сучасна система спортивного тренування: Київ: Перша друкарня, 2021. 672 с.
9. Положення про практичну підготовку здобувачів вищої/фахової передвищої освіти комунального закладу вищої освіти «Луцький педагогічний коледж» Волинської обласної ради. 2023.
10. Полулященко Т. Легка атлетика з методикою викладання: навч.–метод. посіб. Держ. закл. «Луган. нац. ун–т імені Тараса Шевченка». Полтава: Вид–во ДЗ ”ЛНУ імені Тараса Шевченка”, 2022. 89 с.
11. Прозар М., Зубаль М., Райтаровська І. та ін. Практична підготовка здобувачів вищої освіти спеціальності 017 Фізична культура і спорт ступенів вищої освіти "бакалавр" та магістр": [навч. посіб.]. Кам'янець–Подільський: Віт'А Друк, 2021. 168 с.
12. Товт В.А. Теорія і методика фізичного виховання в системі підготовки бакалаврів за спеціальністю Середня освіта (Фізична культура): навч. посіб./ укладач В.А. Товт, І.І. Маріонда – Ужгород: ТОВ «Бест–прінт», 2022. 225 с.

!