

Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка  
Факультет фізичної культури  
Кафедра теорії і методики фізичного виховання

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри теорії і методики  
фізичного виховання  
Ю. В. Юрчишин



«29» серпня 2022 року

## РОБОЧА ПРОГРАМА

### НАВЧАЛЬНОЇ ОЗНАЙОМЛЮВАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІЧНОЇ ПРАКТИКИ

для підготовки фахівців	першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
за освітньо- професійними програмами	«Середня освіта (Фізична культура)»,
спеціальностей	014 Середня освіта (Фізична культура)
галузі знань	01 Освіта / Педагогіка
мова викладання	Українська

2022-2023 навчальний рік

Розробники програми: Юрій ЮРЧИШИН, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри теорії і методики фізичного виховання,  
Сергій ПОТАПЧУК, асистент кафедри теорії і методики фізичного виховання,  
Вадим ГОРУН асистент кафедри теорії і методики фізичного виховання, вчитель фізичного виховання Кам'янець-Подільського ліцею №3,  
Олена КЛЮС, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, старший викладач кафедри теорії і методики фізичного виховання,  
Аліна БОДНАР кандидат педагогічних наук, доцент, старший викладач кафедри теорії і методики фізичного виховання

Ухвалено на засіданні кафедри теорії і методики фізичного виховання

Протокол № 9 від 29 серпня 2022 року

ПОГОДЖЕНО

Гарант освітньо-професійної програми



Аліна БОДНАР

## ВСТУП

Робоча програма навчальної ознайомлювальної педагогічної практики створена для студентів 3 курсу факультету фізичної культури, щодо яких здійснюється підготовка бакалавра з галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) на денній та заочній формах навчання. Згідно навчального плану практика проводиться на 3 курсі у 5 семестрі тривалістю 1 тиждень.

Навчальна ознайомлювальна педагогічна практика здобувачів вищої освіти факультету фізичної культури проводиться на основі законів України «Про освіту», «Положення про проведення практики студентів вищих навчальних закладів України», затвердженого наказом Міністерства освіти України від 08.04.1993 р. за № 93, з урахуванням «Положення про організацію освітнього процесу в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка», затвердженого вченою радою університету 26.02.2020 р., протокол № 2, «Положення про проведення практики здобувачів вищої освіти Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (нова редакція), затвердженого вченою радою університету 30 серпня 2021 року, протокол № 10. Наскрісної програми практик факультету фізичної культури, Методичних рекомендацій по складанню програм практики студентів вищих навчальних закладів України» у відповідно до освітньо-професійної програми навчального плану підготовки «бакалавра» Середня освіта (Фізична культура) спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) галузі знань 01 Освіта/Педагогіка денної форми навчання введена в дію від 28.05.2020р. протокол №3. Зі змінами (наказ від 08.06.2021р), «Положення про дистанційне навчання в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка», наказ ректора №95-ОД від 30.08.2022, Положення «Про організацію освітнього процесу 2022-2023 навчального року в умовах дії правового режиму воєнного стану в Україні». Проходження практики для осіб, які цього потребують буде проходити у змішаному режимі, зокрема йдеться про тих здобувачів, які перебувають за кордоном або є учасниками бойових дій.

Детальна інформація щодо дистанційного проходження практики відображена у додатку робочої програми практики.

Навчальна ознайомлювальна педагогічна практика відбувається на базі закладів загальної середньої освіти, згідно з укладеними договорами, чи у структурних підрозділах Університету (в умовах дистанційного чи змішаного навчання), що забезпечують виконання програм практики. .

Керівники практики: науково-педагогічні працівники кафедр факультету фізичної культури

До керівництва практикою здобувачів вищої освіти залучають досвідчених науково-педагогічних працівників кафедр зі стажем роботи не менше ніж три роки відповідного профілю або викладацького стажу роботи в закладах вищої освіти.

**Мета** навчальної ознайомлювальної педагогічної практики у ЗЗСО – ознайомлення здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти з особливостями організації освітнього процесу в ( 1-4; та 5-9 класах ЗЗСО) закріплення та поглиблення отриманих здобувачами у процесі вивчення дисциплін загальної та професійної підготовки, набуття досвіду їх застосування у практичній діяльності вчителя фізичної культури, формування загальних і фахових компетентностей спеціальності 014 Середня освіта Фізична культура та розвиток професійно-педагогічних якостей здобувачів вищої освіти (внутрішньої установки на педагогічну професію (педагогічної позиції) тощо

**Завдання практики:**

- формування професійних здібностей майбутнього вчителя фізичної культури у відповідності з сучасними вимогами працівника педагогічної освіти;
- формування у здобувачів вищої освіти інтересу до обраної професії;
- уміння поєднувати теоретичні знання з теорії і методики фізичного виховання та методик викладання відповідних дисциплін з практичною діяльністю навчання і виховання учнів загальноосвітньої школи необхідного рівня рухових вмінь та навичок і рівня розвитку фізичних якостей;
- забезпечення практичного пізнання здобувачів вищої освіти закономірностей професійної діяльності та оволодіння способами їх організації;
- виховання у здобувачів вищої освіти потреби систематично оновлювати свої знання з основ фізичної реабілітації і фізичної культури з творчим застосуванням їх у процесі самостійної рухової діяльності та оволодіння первинними навичками професійної діяльності;
- закріплення, поглиблення і збагачення знань із гуманітарних та соціально-економічних, природничо-наукових та професійних навчальних дисциплін і їх застосування при розв'язанні конкретних педагогічних завдань;
- формування і розвиток у майбутніх вчителів фізичної культури педагогічних умінь і навичок та професійно значущих якостей особистості;
- виховання у студентів стійкої потреби в педагогічній самоосвіті;
- вироблення творчого, дослідницького підходу до педагогічної діяльності;
- розвиток у студентів вміння здійснювати самоконтроль, самоаналіз та об'єктивну самооцінку своєї педагогічної діяльності;
- виховання інтересу студентів у формуванні потреби у фізичному самовдосконаленні учнів;
- ознайомлення з сучасним станом навчально-виховної роботи в школі та з передовим педагогічним досвідом.

**Бази практики**

**База практики** – навчальну ознайомлювальну педагогічну практику здобувачі вищої освіти, які навчаються за навчальним планом галузі знань 01

Освіта / Педагогіка спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) освітньо-професійної програми Середня освіта (Фізична культура) ступеню вищої освіти бакалавр проводять на **базах практики** – у закладах загальної середньої освіти (в умовах дистанційного чи змішаного навчання).

Навчальну ознайомлювальну педагогічну практику здобувачі вищої освіти спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) проходять на основі договорів (угод), укладених з закладами загальної середньої освіти.

Здобувачі вищої освіти можуть самостійно, за погодженням із відповідною кафедрою, обирати місце проходження навчальної практики і пропонувати її для укладання відповідного договору. З такими базами практики Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка завчасно укладає договір за формою, визначеною в наказі Міністерства освіти України від 08 квітня 1993 р. № 93 (zareestrovano в Міністерстві юстиції України 30 квітня 1993 р. за № 35).

Студенти заочної форми навчання можуть укласти договір з будь-якою базою практики Хмельницької області та інших регіонів України, яка відповідає вимогам навчального закладу та має відповідні документи.

Тривалість дії договору про проведення практики узгоджується сторонами та може бути визначена на період практики.

Укладання договорів з базами практик завершують за 10 календарних днів до початку практики .

У разі проведення практики в структурних підрозділах Університету договори не укладають.

### **Програмні компетентності навчання**

Відповідно до освітньо-професійної програми 014 Середня освіта (Фізична культура) ступеня вищої освіти «бакалавр» проходження усіх видів навчальних та виробничих практик здобувачами вищої освіти зумовлює набуття наступних компетентностей:

#### **Загальні компетентності:**

ЗК 02 Здатність працювати в команді та автономно

ЗК 05 Здатність використовувати інформаційно-комунікаційні технології.

#### **Спеціальні компетентності:**

СК 02 Здатність застосовувати сучасні методи й освітні технології навчання у фізичному вихованні.

СК 04 Здатність аналізувати особливості сприйняття та засвоєння учнями навчальної інформації з метою прогнозу ефективності та корекції навчально- виховного процесу з фізичного виховання.

СК 06 Здатність до аналізу, систематизації та цінки педагогічного досвіду, здатність до розробки методик та технологій для розвитку рухових умінь і навичок та фізичних (рухових) якостей) на основі розуміння і застосування положень фізіології, морфології, біохімії, біомеханіки.

СК 12 Здатність виховувати в учнів соціально-особистісні якості:

цілеспрямованість, організованість, працьовитість, відповідальність, комунікативність.

СК 13 Здатність оцінювати фізичні здібності і функціональний стан учнів, адекватно вибрати засоби і методи рухової діяльності для корекції стану учнів з урахуванням їх індивідуальних особливостей.

СК 15 Здатність до організаційної роботи у сфері фізкультурно-оздоровчої роботи у навчальних закладах, позашкільних закладах учнівської молоді.

### **Програмні результати навчання:**

ПРН 3 Знає, як застосовувати на практиці основні вчення в галузі фізичної культури.

ПРН 6 Знає основні теоретичні положення в галузі фізичної культури.

ПРН 7 Знає вимоги до оформлення документації та основні закономірності побудови документів для здійснення навчального процесу в галузі фізичного виховання та спорту.

ПРН 8 Знає правила профілактики травматизму та надання першої медичної допомоги; володіє основними методами захисту персоналу та населення від можливих наслідків аварій, катастроф, стихійних лих.

ПРН 9 Знає закономірності розвитку фізичних (рухових) якостей в різних видах рухової активності.

ПРН 18 Вміє розробляти навчально-методичні матеріали (робочі програми, навчально-тематичні плани) на основі освітнього стандарту та зразкових програм з урахуванням виду освітньої установи, особливостей класу / групи та окремих учнів.

ПРН 19 Вміє розробляти перспективні та оперативні плани і програми конкретних занять в сфері дитячо-юнацького спорту та зі спортсменами масових розрядів.

ПРН 20 Вміє визначати цілі і завдання, планувати навчальні заняття, розробляти необхідну документацію для проведення занять з фізичної культури та спорту.

ПРН 24 Володіє прийомами спілкування і вміє використовувати їх при роботі з колективом.

ПРН 27 Організовує співпрацю учасників освітнього процесу та ефективно працює в команді (педагогічному колективі освітнього закладу, інших професійних об'єднаннях).

ПРН 31 Здатний створювати рівноправний і справедливий клімат, що сприяє навчанню всіх учнів, незалежно від їх соціально-культурно-економічного контексту.

## **ТЕРМІН ПРОХОДЖЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ОЗНАЙОМЛЮВАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІЧНОЇ ПРАКТИКИ**

Для здобувачів вищої освіти галузі знань 01 Освіта / Педагогіка спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) освітнього ступеня «бакалавр» денної форми навчання організовується і проводиться:

- Навчальна ознайомлювальна педагогічна практика (3 курс, 6 семестр, 1 тиждень, 1,5 кредитів, що складає 45 годин, залік).

Для здобувачів вищої освіти галузі знань 01 Освіта / Педагогіка спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) освітнього ступеня «бакалавр» заочної форми навчання організовується і проводиться:

### **Методи навчання:**

словесні, наочні, практичні, інтерактивні методи навчання, виконання індивідуальних завдань.

### **Організація і проведення практики**

Для організації і проведення практики здобувачів вищої освіти ступеню вищої освіти бакалавр галузі знань 01 Освіта / Педагогіка спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) освітньо-професійної програми Середня освіта (Фізична культура) створюється наказ ректора Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка в якому визначають: вид, терміни та місце проведення практики; список здобувачів вищої освіти, яких направляють на практику; керівник, відповідальний за організацію практики та оформлення підсумкового звіту за її результатами, керівники практики від кафедри; посадова особа, на яку покладено загальну організацію практики та контроль за її проведенням; терміни проведення та оцінювання практики; терміни звітування про результати проведення практики. За підготовку проекту наказу на практику відповідає факультетський керівник практики, провідний фахівець навчального відділу.

Строк оформлення наказу на проведення практики – 5 робочих днів до початку практики.

Відповідальними за організацію і проведення практики на факультеті є декан факультету та завідувачі кафедр.

Навчально-методичне керівництво, контроль за виконанням програм практики здійснюють керівники практики (від кафедр та від баз практик).

Перед початком практики факультетський керівник практики, керівники практики від кафедр, провідний фахівець навчального відділу проводять зі здобувачами вищої освіти та науково-педагогічними працівниками інструктивну нараду щодо проходження практики, на якій доводять до відома студентів наказ ректора університету про розподілення за базами практики, дають необхідні настанови щодо виконання програми практики та проводять інструктаж з техніки безпеки при виконанні робіт під

час проходження практики, про що є відповідний запис у журналі реєстрації. Надають необхідні документи кожному здобувачеві вищої освіти:

- направлення на практику;
- робочу програму (методичні рекомендації);
- щоденник практики ;
- індивідуальні завдання, які розробляє керівник практики від кафедри.

Під час практики передбачається проведення консультацій з керівниками практик за складеним графіком.

Навчальна практика також дозволяє здобувачам вищої освіти в умовах бібліотеки університету ознайомитись з навчальною і науковою літературою, періодичними фаховими виданнями, методичними посібниками, нормативними документами.

### **Обов'язки керівника практики здобувачів вищої освіти від кафедри**

Керівника практики від кафедри призначають наказом ректора відповідно до навчального навантаження науково-педагогічних працівників.

Керівник практики здобувачів вищої освіти від кафедри забезпечує проведення всіх організаційних заходів перед направленням здобувачів вищої освіти на практику; бере участь у настановних інструктивних нарадах та підсумкових конференціях з питань практики; бере участь у розподілі здобувачів вищої освіти за базами практики; повідомляє здобувачів вищої освіти про форми звітності; бере участь у розробці програм практик; розробляє тематику індивідуальних завдань на практику та видає їх здобувачам вищої освіти до початку практики; надає методичну допомогу здобувачам вищої освіти у підготовці до проведення занять, відвідує та оцінює залікові заходи, аналізує їх; проводить консультації щодо опрацювання зібраного матеріалу та його використання для звіту про практику; інформує здобувачів вищої освіти про порядок подання звітів про практику та їх захисту; перевіряє звітну документацію здобувачів вищої освіти; приймає захист звітів здобувачів вищої освіти про практику в складі комісії, оцінює результати практики здобувачів вищої освіти, виставляє оцінки в залікові книжки; здає звіти здобувачів вищої освіти про практику на кафедру; готує звіт про проведення практики

### **Обов'язки керівника від бази практики**

Керівник практики від бази практики здійснює загальне керівництво практикою, несе особисту відповідальність за її проведення.

Керівник практики від бази практики розподіляє здобувачів вищої освіти за класами відповідно до графіка проходження практики, забезпечує ефективність її проходження; забезпечує проведення інструктажу з охорони праці та безпеки життєдіяльності, протипожежної безпеки на базі практики та на робочому місці під час виконання конкретних видів робіт; ознайомлює студентів з організацією робіт на конкретному робочому місці; забезпечує проходження практики здобувачами вищої освіти в структурних підрозділах підприємства, організації, установи; забезпечує та контролює дотримання здобувачами вищої освіти правил внутрішнього розпорядку бази практики;



створює необхідні умови для оволодіння здобувачами вищої освіти новою технікою, сучасними технологіями та методами організації праці, сприяє підбору матеріалу для виконання курсових і дипломних робіт; оцінює якість проходження практики здобувачами вищої освіти, складає на них характеристику.

### **Обов'язки здобувачів вищої освіти факультету фізичної культури, яких направляють для проходження практики**

- взяти участь у настановній конференції з питань організації практики у визначений деканатом факультету час;
- до початку практики отримати від керівника практики від кафедри направлення, методичні матеріали (методичні рекомендації, програму, щоденник, індивідуальне завдання) та консультації щодо оформлення необхідних документів;
- до початку практики пройти в Університеті інструктаж з охорони праці та безпеки життєдіяльності;
- своєчасно прибути на базу практики;
- якісно та в повному обсязі виконувати всі завдання, передбачені програмою практики, індивідуальне завдання;
- ознайомитися та суворо дотримуватися правил охорони праці, техніки безпеки, виробничої санітарії та внутрішнього розпорядку на базі практики;
- своєчасно оформити звіт та захистити його в терміни, визначені наказом

### **Зміст практики**

Під час проведення практики здобувач вищої освіти-практикант на базі практики під керівництвом керівника практики від бази проводить роботу щодо визначення чіткої необхідності суворого виконання прийнятих на базі практики правил охорони праці і протипожежної безпеки та обов'язково проходить інструктажі ТБ.

За період проходження навчальної ознайомлювальної педагогічної практики здобувачі вищої освіти повинні виконати такі види робіт:

### ***Організаційна робота:***

- участь в установчій та заключній конференціях. Перед початком практики для студентів проводиться установча конференція. Вона присвячується ознайомленню студентів із порядком проходження практики і технікою безпеки, змістом практики, правами й обов'язками студентів, також студенти отримують необхідні документи: направлення, індивідуальні завдання, методичні рекомендації тощо. При дистанційній та змішаній формах навчання, установча та заключна конференції відбуваються з використанням технологій дистанційного навчання;

- ознайомлення зі школою (співбесіда з вчителем фізичної культури, ознайомлення з умовами проведення занять з фізичної культури, обладнанням, інвентарем, спортивним залом і спортивним майданчиком, організацією навчально-виховної і позакласної роботи з фізичного виховання). При дистанційній та змішаній формах навчання, ознайомлення зі школою відбувається з використанням технологій дистанційного навчання згідно з затвердженою програмою практики.

- підготовка документації (складання документів планування роботи практиканта на період практики, оформлення документів звітності: письмовий звіт разом з іншими документами, щоденник, характеристика прикріпленого класу, два розгорнутих планів-конспектів підготовчої та заключної частин, хронометраж заняття з подальшим розрахунком загальної та моторної щільності заняття, аналіз уроків).

### ***Навчально-методична робота:***

- ознайомлення з науковою літературою, що відповідає темі роботи, вибір джерела (джерел), що розкривають тему;

- оформлення презентації, яку демонструють під час захисту звіту;

- виконання функцій і обов'язків помічника вчителя фізичної культури під час проведення уроків (проведення підготовчої та заключної частин уроку, підготовка місць занять, організація роботи підгруп, які займаються за завданням вчителя, контроль за правильністю техніки виконання окремих вправ, проведення рухливих ігор, естафет). При дистанційній та змішаній формах навчання, виконання функцій і обов'язків помічника вчителя фізичної культури під час проведення уроків відбувається з використанням технологій дистанційного навчання, згідно з затвердженою програмою практики та відповідно до організації проведення уроків в умовах дистанційної освіти;

- виконання індивідуальних завдань з метою поглиблення, узагальнення та закріплення знань, які здобувачі вищої освіти отримали в процесі навчання, а також застосування цих знань на практиці.

### **Вимоги до оформлення звіту**

Звіт має містити відомості про виконання здобувачем вищої освіти всіх розділів програми практики та індивідуального завдання, розділи з охорони праці та безпеки життєдіяльності, висновки і пропозиції, список використаної літератури тощо. Звіт підписує здобувач вищої освіти, підписує та оцінює безпосередній керівник від бази практики, члени комісії з захисту звітів про проходження практики.

1. Мова звіту – державна, стиль – науковий, чіткий, без орфографічних і синтаксичних помилок, послідовність логічна. Пряме переписування у роботі матеріалів із літературних джерел неприпустиме.

Текстовий матеріал при виконанні комп'ютерним способом, друкувати через 1,5 міждрядкового інтервала, текст вирівнювати по ширині аркуша

(Шрифт – Times New Roman, розмір шрифту – 14; не більше 40 рядків на сторінці)

Текст звіту розміщувати на аркушах з дотриманням таких розмірів полів: з лівого боку – не менше 25 мм, з правого – не менше 15 мм, згори – не менше 25 мм, знизу – не менше 25 мм.

Звіт починати з титульного аркуша (див. Додаток Г), який повинен містити назву міністерства, назву вищого навчального закладу та кафедри, назву практики, освітній ступінь (бакалавр), спеціальність (014 Середня освіта Фізична культура), групу, рік навчання (3), прізвище, ім'я, по батькові практиканта, термін проходження практики та навчальний рік, посаду, вчене звання, науковий ступінь, прізвище, ім'я, по батькові керівника практики від університету.

Висновки та пропозиції повинні містити короткий текст за результатами виконаної роботи. В кінці висновків студент ставить дату оформлення та свій підпис.

Перелік посилань (перелік джерел інформації) повинен містити перелік літературних та інших джерел, використаних при написанні звіту, на які є посилання в тексті звіту.

### **Вимоги до оформлення щоденника практики**

Щоденник є частиною звіту студента. Під час проходження навчальної практики здобувач вищої освіти повинен заповнювати щоденник, який у повністю оформленому вигляді він здає керівнику практики від бази практики для перевірки і підпису.

Керівник практики від закладу загальної середньої освіти (бази практики) в щоденнику дає характеристику - відгук роботи студента за період практики із зазначенням виконання програми практики, підписує щоденник, звіт, ставить печатки у щоденнику практики.

Щоденник практики є важливим документом вивчення й узагальнення педагогічного досвіду. У щоденнику має бути відбита вся організаційна та методична робота студента, яка проводилася протягом навчальної практики.

Особливу увагу слід приділити власним враженням і міркуванням щодо явищ, які спостерігав здобувач вищої освіти-практикант; аналізу навчально-методичних проблем і шляхів їх розв'язання тощо. Практикант обов'язково повинен мати щоденник із собою під час перебування на базі практики.

Щоденник практики повинен містити:

1. (ст. 2 - підписи керівника бази практики та дві печатки в розділах «Прибув» і «Вибув»), терміни проходження практики, підписи керівника та печатки, що ставляться на базі практики.

(ст. 3-4 – формується план щоденної роботи практиканта та ставляться відмітки про виконання. Підтверджується це все підписами керівників практики від університету і від бази практики, за якими закріплений студент.)

(ст. 5-8 – короткі щоденні інформативні записи з вказівкою дати про виконання індивідуального плану на практиці)

(ст. 9 або ст. 10 – відгук та оцінка про роботу студента на практиці розкриває результати виконання індивідуального плану, завдань практики, практикант отримує відгук та характеристику результатів своєї діяльності від керівника бази практики за його підписом, печаткою та оцінкою «відмінно, добре чи задовільно» - записується керівниками від бази практики)

(ст. 11 – заповнюється уповноваженими особами, які здійснюють перевірку роботи практиканта та керівниками практики від кафедр факультету фізичної культури та університету)

### КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗНАТЬ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Практична діяльність здобувачів вищої освіти оцінюється з урахуванням творчого підходу до навчально-методичної та організаційної роботи, якості підготовки звітної документації та шляхом здобуття неформальної / інформальної освіти в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка .

Оцінки здобувачам вищої освіти виставляються безпосередньо під час практичного проведення роботи. Загальну оцінку здобувачам вищої освіти виставляє комісія за підсумками практики. Оцінка з практики відповідає загальноприйнятим у вищій школі критеріям .

Користуючись рекомендаціями Положення про рейтингову систему оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка всі види практик в університеті виставляється за 100-бальною шкалою.

ЗМ = 100 балів.

Згідно навчального плану, кількість кредитів ECTS, що виділені на навчально ознайомлювальну педагогічну практику здобувачів вищої освіти складає 45 годин (1,5 кредити), тривалість практики – 1 тиждень;

Робоча програма навчальної ознайомлювальної педагогічної практики має 1 змістовий модуль – це логічно завершена, відносно самостійна, цілісна частина навчального матеріалу окремого кредитного модуля, сукупність теоретичних та практичних завдань відповідного змісту та структури з розробленою системою науково-методичного та інформаційного забезпечення, що передбачає оволодіння знаннями, уміннями та навичками з цієї частини навчального матеріалу та зміст, ми утворюємо, який створює структуру практики .

Орієнтовна оцінка видів діяльності навчальної ознайомлювальної педагогічної практики

№ з/п	Види діяльності	Бали
	Обов'язкові	
1.	Якість написання розгорнутих планів-конспектів підготовчої та заключної частин уроку: - чітке формулювання мети уроку відповідно до модуля, теми та завдань уроку; - збереження логіки та дотримання послідовності основних етапів	55

	уроку; - змістовність відповідно до характеристики класу; - наявність наочних матеріалів, мультимедійних засобів навчання	
2.	Відвідування бази практики, здійснення аналізу уроку, хронометражу занять з подальшим розрахунком загальної та моторної щільності уроку. В умовах змішаної та дистанційної форми навчання перегляд та аналіз уроків здійснюється з застосуванням технологій дистанційного заняття. «0» - студент не займався аналізом спостережень уроків; «5» - аналіз не змістовний; «15» - аналіз змістовий, але існують помилки в розрахунках моторної та загальної щільності; «25» - аналіз змістовний	25
5.	Підсумкова оцінка за ведення щоденника	10
6.	Підсумкова оцінка за захист звітів	10
Заохочувальні бали*		
1.	підготовка наукової публікації	5
2.	волонтерська діяльність	5
3.	Представлення відеоматеріалу зустрічі здобувачів освіти зі студентом переможцем чи призером Чемпіонатів Світу, Європи, України, діючим МСМК, МС, КМС	10

\*Положення про визнання результатів навчання, отриманих у формальній, неформальній та/або інформальній освіті у Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка (Порядок визнання результатів навчання здобувачів вищої освіти, отриманих шляхом здобуття неформальної/інформальної освіти в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка), зокрема, якщо їх тематика відповідає змісту навчальної дисципліни (окремій темі або змістовому модулю).

В неформальній освіті:

- закінчення професійних курсів, семінарів або тренінгів, тематика яких відповідає змісту навчальної дисципліни (окремій темі або змістовому модулю);
- підготовка конкурсної наукової роботи;
- призове місце на Всеукраїнському конкурсі студентських наукових робіт;
- призове місце на Всеукраїнській студентській олімпіаді
- отримання сертифікату судді 1-ї, 2-ї або національної категорії у своєму виді спорту або суміжних видах.

В інформальній освіті:

- наявність наукової публікації;
- волонтерська діяльність;
- підготовка школярів-призерів інтелектуальних та творчих конкурсів з фізичної культури та спорту, дитячих змагань різного рівня;
- наявність особистих спортивних досягнень (переможці, призери Чемпіонатів Світу, Європи, України, діючий МСМК, МС, КМС, I розряд.

*Підсумки складання заліку*

Сума балів за 100-бальною шкалою	Оцінка в ECTS	Значення оцінки ECTS	Рівень компетентнос	Оцінка за національною шкалою
90-100	A	відмінно	Високий (творчо-професійний)	зараховано
82-89	B	дуже добре	Достатній (алгоритмічно-дієвий)	
75-81	C	добре		
67-74	D	задовільно	Середній (репродуктивний)	
60-66	E	достатньо		
35-59	FX	Незадовільно	Низький (понятійний)	Не зараховано
1-34	F	Незадовільно		

Здобувачеві вищої освіти, який не виконав програми практики з поважних причин (підтверджених документально), може бути надано право на проходження практики повторно за умов, визначених Університетом та погоджених із базою практики. Здобувача вищої освіти, який вдруге отримав негативну оцінку з практики, відраховують з Університету.

Здобувача вищої освіти, який не виконав програму практики без поважних причин або отримав оцінку «не зараховано» / «незадовільно» за результатами захисту звіту про практику, відраховують з Університету за невиконання навчального плану.

### ПІДБИТТЯ ПІДСУМКІВ ПРАКТИКИ

Після закінчення терміну практики здобувачі вищої освіти звітують про виконання програми та індивідуального завдання. Форма звітності здобувача вищої освіти про проходження практики – письмовий звіт. До захисту звіту допускають здобувачів вищої освіти, які повністю виконали програму практики, отримали позитивну характеристику-відгук керівника від закладу загальної середньої освіти (бази практики), представили звіт згідно зі встановленою формою.

#### *Загальний порядок захисту результатів практики*

1. Голова комісії надає слово студентові для короткого повідомлення про те, які результати виконання навчальної практики в закладі загальної середньої освіти, про труднощі, з якими він стикався під час проходження практики.

2. Керівник практики може уточнити окремі моменти звіту, що стосуються методики проведення занять чи підготовлених матеріалів.

3. Голова комісії звертається до членів комісії та всіх присутніх з пропозицією взяти участь в обговоренні звіту студента-практиканта та його відповідей на поставлені запитання.

4. Комісія вирішує питання про оцінку результатів практики кожного студента, оформляє відповідні документи (залікові книжки, заліково-екзаменаційні відомості, протокол захисту), оголошує оцінки студентам-практикантам.

На захисті кожен практикант має можливість протягом 5-10 хвилин розкрити основні аспекти виконання Робочої програми практики. Для цього він звітує на основі власноруч складеного Звіту про проходження практики.

Звіт практики здобувачі вищої освіти захищають перед комісією, призначеною завідувачем кафедри, факультетським керівником практики. Комісія оцінює результати практики здобувачів вищої освіти в терміни, встановлені відповідним наказом про проведення практики здобувачів вищої освіти на базах практики в останні дні її проходження або в Університеті впродовж перших десяти календарних днів після завершення практики. У здобувачів вищої освіти заочної форми навчання комісія може приймати залік із практики в період сесії, що відбувається після практики.

Звіт оформляють відповідно до вимог, визначених програмою практики. Письмовий звіт разом з іншими документами, що передбачені робочими програмами практик подають на рецензування керівнику практики від кафедри. Після доопрацювання та остаточного погодження з керівником практики від кафедри звіт у друкованому вигляді подають на захист.

## **Рекомендовані навчально-методичні джерела для здобувачів вищої освіти-практикантів:**

1. Арєф'єв В.Г., Єдинак Г.А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту) : навчальний посібник для студ.навч. закл. 2-е вид. перероб. і доп. Кам'янець-Подільський : Абетка-НОВА, 2001. 384 с.
2. Гозак С.В., Станкевич Т.В.Метод комплексної гігієнічної оцінки уроку фізичної культури у загальноосвітніх навчальних закладах. МОЗ України. Український центр наукової медичної інформації та патентно-ліцензійної роботи. № 17- 2011
3. Дуткевич Т.В., Конькова Т.І., Римар Л.М., Федорчук Е.І.Навчально-педагогічна практика студентів: програма і методичні рекомендації, К.-П. 2008.
4. Закон України. Про освіту. Відомості Верховної Ради України. 2017 р., стаття 380
5. Концепції реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти “Нова українська школа” на період до 2029 року [https://osvita.ua/legislation/Ser\\_osv/54258/](https://osvita.ua/legislation/Ser_osv/54258/)
6. Концепція Нової української школи. <https://www.kmu.gov.ua/storage/app/media/reforms/ukrainska-shkola-compressed.pdf>
7. Навчальні програми з фізичної культури [http://www.mon.gov.ua/ua/activity/education/56/692/educational\\_programs/](http://www.mon.gov.ua/ua/activity/education/56/692/educational_programs/)
8. Наказ Міністерства освіти і науки України, 2009 № 518/674. Про забезпечення медико-педагогічного контролю за фізичним вихованням учнів у загальноосвітніх навчальних закладах. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0772-09#Text>
9. Наказ Міністерства освіти і науки України, 2010. № 521. Про затвердження Правил безпеки під час проведення занять з фізичної культури і спорту в загальноосвітніх навчальних закладах. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0651-10#Text>
- 10.Наказ МОН України № 486 від 21.07.2003 р. «Про систему організації фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи дошкільних, загальноосвітніх, професійно-технічних та позашкільних навчальних закладів». Режим доступу: <http://zakon.rada.gov.ua/go/z0903-03>
- 11.Наказом МОЗ України, МОН України N 518/674. Инструкция о распределении учащихся на группы для занятий на уроках физической



культури.

Режим

доступа:

[http://search.ligazakon.ua/l\\_doc2.nsf/link1/RE16789.html](http://search.ligazakon.ua/l_doc2.nsf/link1/RE16789.html)

12. Нова Українська школа. Концептуальні засади -  
<https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/nova-ukrainska-shkola-compressed.pdf>

13. Постанова Кабінету Міністрів України. Стратегія розвитку фізичної культури і спорту на період до 2028 року. 2020. №1089. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1089-2020-p>

Рекомендації Європейського Парламенту та Ради Європи щодо формування ключових компетентностей освіти впродовж життя [https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/994\\_975#Text](https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/994_975#Text)

14. Рекомендації щодо стратегічного розвитку фізичного виховання та спортивної підготовки серед учнівської молоді на період до 2025 року <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v0194729-21#Text1>.

15. Солопчук М.С., Бесарабчук Г.В. Виробнича (педагогічна) практика студентів факультету фізичної культури на базі загальноосвітніх навчальних закладів (в умовах кредитно-модульної системи навчання) К.-П.: Аксіома, 2010. 120 с.

16. Солопчук М.С., Бесарабчук Г.В., Солопчук Д.М., Заїкін А.В. Методики фізичного виховання різних груп населення: навчально-методичний посібник : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2012. 480 с.

13. Солопчук М.С., Боднар А.О., Бесарабчук Г.В., Солопчук Д.М. Теорія фізичного виховання: опорні таблиці : навчально-методичний посібник Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2013. 148 с.

14. Технології організації рухової діяльності: навчально-методичний посібник [колектив авторів] [Електронний ресурс]. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2021. 1 електрон. опт. диск (CD-ROM); 12 см. Об'єм даних 9,7 Мб. Обл.-вид. арк. 9,4.

15. Типова освітня програма, 1-2 класи розроблена під керівництвом Савченко О. Я. ЗАТВЕРДЖЕНО Наказ Міністерства освіти і науки України від 12.08.2022 № 743-22 за покликанням: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/navchalni-programi/navchalni-programi-dlya-pochatkovoyi-shkoli>

16. Типова освітня програма, розроблена під керівництвом Шияна Р. Б. 1-2 клас ЗАТВЕРДЖЕНО Наказ Міністерства освіти і науки України від 12.08.2022 № 743-22 за покликанням: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna->

serednya-osvita/navchalni-programi/navchalni-programi-dlya-pochatkovoyi-shkoli

17. Типова освітня програма, розроблена під керівництвом Савченко О. Я. 3- 4 клас ЗАТВЕРДЖЕНО Наказ Міністерства освіти і науки України від 12.08.2022 № 743-22 <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/navchalni-programi/navchalni-programi-dlya-pochatkovoyi-shkoli>

18. Типова освітня програма, розроблена під керівництвом Шияна Р. Б. 3-4 клас ЗАТВЕРДЖЕНО Наказ Міністерства освіти і науки України від 12.08.2022 № 743-22 <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/navchalni-programi/navchalni-programi-dlya-pochatkovoyi-shkoli>

19. Courséra — технологічна компанія, що працює в галузі освіти <https://coursera.org>

20. Prometheus — український громадський проєкт масових відкритих онлайн-курсів, <https://prometheus.org.ua>

## ДОДАТКИ

### Зразок 1

#### Відгук та оцінка роботи здобувача вищої освіти на практиці який (яка) проходив (-ла) практику

на базі \_\_\_\_\_

(назва навчального закладу – бази практики)

в період з \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_ 201\_ року

Оформлюється відгук у щоденнику практиканта, який видає навчальний заклад. В ньому вказуються загальні дані про студента, його теоретичну, методичну та практичну підготовку. Детально розкривається мотивація студента, його ставлення до практики, його навчальна дисципліна, сумлінність, ініціативність, активність і самостійність в роботі, наявність знань, умінь і навичок при складанні навчально-методичної документації, планування форм роботи, створення звітних документів; вміння оцінювати й врахувати рівень фізичного розвитку і фізичної працездатності учнів, їх вікові та індивідуальні особливості.

Важливо розкрити організаційні здібності здобувача вищої освіти, схильність до аналітичної діяльності; володіння сучасними методами наукових досліджень, знання інтернет-технологій, критичне мислення, креативність, вміння працювати у команді, розв'язувати проблеми, ефективно комунікувати, ставити цілі й досягати їх.

Описати особисті якості та властивості, проявлені в період практики практиканта, що характеризують його професійну підготовку і майбутню педагогічну діяльність.

В завершенні вказати рекомендовану базою практики 12-бальну оцінку студента за практику. Підпис керівника практики від бази практики та печатка навчального закладу

## **Зразок 2**

Міністерство освіти і науки України

Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка

Факультет фізичної культури

Кафедра теорії і методики фізичного виховання

### **Звіт**

про проходження навчальної ознайомлювальної педагогічної практики

здобувача вищої освіти 3 курсу \_\_\_\_\_ групи

ступеня вищої освіти “бакалавр”

спеціальності Середня освіта (Фізична культура)

форми навчання \_\_\_\_\_

ПІБ

Термін проходження практики: з \_\_\_\_\_ року по \_\_\_\_\_ року.

Керівник з фаху:

Кам'янець-Подільський – 20 р.

**Звіт про проходження практики** має висвітлювати, аналізувати й узагальнювати проведену під час практики організаційну та навчально - методичну роботу.

### Структура звіту

Вступ: - строки проходження навчальної практики; характеристика бази практики, умови для проходження. Основна частина - опис змісту роботи. Для навчально ознайомлювальної педагогічної практики це опис організаційної та навчально - методичної роботи

#### **Організаційна робота:**

- участь в установчій та заключній конференціях. Перед початком практики для студентів проводиться установча конференція. Вона присвячується ознайомленню студентів із порядком проходження практики і технікою безпеки, змістом практики, правами й обов'язками студентів, також студенти отримують необхідні документи: направлення, індивідуальні завдання, методичні рекомендації тощо. При дистанційній та змішаній формах навчання, установча та заключна конференції відбуваються з використанням технологій дистанційного навчання

- ознайомлення зі школою, вивчення системи роботи вчителя (співбесіда з вчителем фізичної культури, ознайомлення з умовами проведення занять з фізичної культури, обладнанням, інвентарем, спортивним залом і спортивним майданчиком, організацією навчально-виховної і позакласної роботи з фізичного виховання). При дистанційній та змішаній формах навчання, ознайомлення зі школою відбувається з використанням технологій дистанційного навчання згідно з затвердженою програмою практики.

- підготовка документації (складання документів планування роботи практиканта на період практики, оформлення документів звітності).

#### **Навчально-методична робота:**

- відвідування уроків в школі, вчителів фізичної культури для накопичення педагогічного досвіду. При дистанційній та змішаній формах навчання - онлайн-уроків найкращих вчителів України та вчителів фізичної культури у прикріплених школах;

- аналіз уроку фізичної культури, який включає: аналіз вправ, які використовує вчитель на уроці, визначення форми взаємодії вчителя й учнів під час виконання вправ та оцінка їх ефективності; спостереження за використанням на уроці засобів навчання. Аналіз використання наочності та

рухливих ігор на уроці, обґрунтування їх доцільності та ефективності; виокремлення етапів уроку, визначення завдань та змісту кожного з них тощо;

- виконання функцій і обов'язків помічника вчителя фізичної культури під час проведення уроків (проведення підготовчої та заключної частин уроку, підготовка місць занять, організація роботи підгруп, які займаються за завданням вчителя, контроль за правильністю техніки виконання окремих вправ, проведення рухливих ігор, естафет). При дистанційній та змішаній формах навчання, виконання функцій і обов'язків помічника вчителя фізичної культури під час проведення уроків відбувається з використанням технологій дистанційного навчання, згідно з затвердженою програмою практики та відповідно до організації проведення уроків в умовах дистанційної освіти..

Висновки та пропозиції

Список використаної літератури

Здобувач вищої освіти

підпис ( прізвище та ініціали)

Керівник від бази практики

підпис ( прізвище та ініціали)

Керівники

від закладу вищої освіти з фаху

підпис ( прізвище та ініціали)

### Зразок 3

#### *Приклад характеристики класу*

Характеристика 5-а класу для занять фізичною культурою :

Основна – 10 учнів,

Підготовча – 6 учнів, виконують навантаження разом з основною, але з частковими обмеженнями бігу, стрибків.

Спеціальна – 4 учня ( відвідують обов'язкові уроки, але виконують корегувальні вправи та вправи для загального фізичного розвитку, які їм не протипоказані)

СМГ- учні з порушенням зору. Приділити увагу загальному стану здоров'я і тренуванню м'язів очей. В урок фізичної культури для них включили наступну схему: Ходьба, загально розвиваючі вправи в повільному темпі, вправи , що впливають на покращення кровообігу очей і циркуляцію внутрішньоочної рідини, вправи для м'язів шиї і плечового поясу, вправи для підтримки гнучкості, відновлюючі вправи.

Виняток: вправи при яких можливі удари по голові, струси всього організму, стрибки, різкі рухи головою, тулубом, руками, перекиди і стійка на голові.

Клас розділити на три групи з урахуванням стану здоров'я:

- 1 - основну
- 2 - підготовчу
- 3 - спеціальну

#### Зразок 4

*Відповідно до характеристики класу, модуля, теми та завдань уроку розробити підготовчу та заключну частини уроку*

#### **Приклад**

#### **ПЛАН – КОНСПЕКТ УРОКУ №**

**для учнів 5 класу**

**Дата проведення:**

**Модуль: легка атлетика**

**Тип уроку: комбінований**

#### **Завдання:**

1. Навчити техніці переходу через планку та приземлення в стрибку способом «переступання».
2. Закріплення техніки хльосткого руху руки зі снарядом (малий м'яч).
3. Сприяти формуванню в учнів правильної постави.
4. Сприяти зупиненню прогресування погіршення зору.

**Вклад уроку у формування ключових компетентностей:** вміння навчатись впродовж життя, екологічна грамотність і здорове життя.

**Місце проведення:** спортивний зал

**Інвентар:** скакалки, фішки, малі м'ячі, «гумова мотузка», тематичні малюнки, секундомір, місток гімнастичний.

№ п/п	Зміст уроку	Дозування			Організаційно-методичні вказівки
		основна	підготовка	СМГ	
<b>I</b>	<b><u>Підготовча частина 12 хв</u></b>				
1	Шикування в шеренгу. Рапорт. Привітання. Вимірювання ЧСС. Повідомлення завдань уроку.	1 хв			Фронтальний метод. Звернути увагу на зовнішній вигляд, самопочуття учнів. Правила безпеки.
2	Організовуючі справи:	30 с			Виконуються на п'ятці



	– повороти праворуч, ліворуч, кругом. Позитивний настрій на урок. Гра на увагу «Дивись на рухи»	30 с				однієї і носку іншої. Вчитель демонструє за рахунком 4 різні рухи. Вчитель називає рахунок діти роблять рух.
3	Різновиди ходьби:	1 хв				Поточний спосіб. Формувати правильне склепіння стоп, правильну поставу.
	– на носках, руки за голову;	10 м				Стежити за поставою.
	– на п'ятках, руки до плечей;	10 м				Спина рівна, плечі розведені, підборіддя підняте.
	– перекатом з п'ятки на носок, руки за спину;	10 м				Перекат пружній.
	– з високим підніманням стегна з оплеском у долоні під стегном;	10 м				Нога максимально вгору, носок натягнутий.
	– у напівприсіді, руки за голову; <i>учні спеціальної групи – звичайна ходьба</i>	8 м	6 м	8 м	Спина пряма.	
	– ходьба у повному присіді, руки на колінах <i>учні спеціальної групи – звичайна ходьба</i>	8 м	6 м	8 м	Зберігати дистанцію, спину тримати рівно.	
4	Різновиди бігу: <i>Учні СМГ по свистку переходить на крок по внутрішньому колу</i>	1 хв				Поточний спосіб. В колоні за направляючим, не випереджаючи один одного.
	–звичайний;	20 м	20 м	10 м	Темп середній.	
	– із високим підніманням стегна;	10 м	10 м	5 м	Стегно виноситься під кутом 90, постановка стопи на носок.	
	– із захлестом гомілки назад;	10 м	10 м	5 м	Кроки часті, короткі, руки працюють вздовж тулуба.	
	– із виносом прямих ніг (різні варіанти);	20 м	20 м	10 м	Дистанція 2 кроки.	
	– стрибки в кроці вгору, відштовхуючись поштовховою ногою на кожен (другий) третій крок.	10 м	8 м	-	Виконувати якомога вище.	
5	Ходьба із вправами на відновлення дихання. 1 – руки через сторону вгору (вдих);	10 м				Вдихчерез ніс, видих ротом.

	2 – руки дугами вниз (видих)		
6	Перешикування з колони по одному в колону по два у русі дробленням.		Інтервал дистанція 3 кроки.
7	Загально – розвиваючі вправи на місці зі скакалкою.	7 хв	Фронтальний метод організації діяльності учнів.
	1. В. п. – о. с., скакалка складена вчетверо за головою. 1–3 – пружні нахили вперед, розтягуючи скакалку і натискаючи на шию; 4 – випрямитись, прогнутись, піднявшись навшпиньки.	5–6 р. <i>Учні СМГ – в положенні сидячі</i>	Поступово збільшувати амплітуду рухів.
	2. В. п. – о. с., скакалка вниз. 1–4 – накручування скакалки на кистьові суглоби вперед; 5–8 – те саме назад.	6–7 р.	Руки тримати прямо.
	3. В. п. – стійка ноги нарізно, скакалка складена вдвоє на шиї, руки зігнути. 1 – нахил вліво, випрямити ліву руку в сторону, праву руку за голову; 2 – в. п.; 3–4 – те саме в іншу сторону.	5–6 р. <i>Учні спеціальної групи – в положенні сидячі</i>	Із великою амплітудою.
	4. В. п. – о. с., скакалка складена. 1–2 – натягнути скакалку, руки вгору, ліва в сторону на носок; 3–4 – в. п.	5–6 р.	Утримувати рівновагу.
	5. В. п. – стійка ноги нарізно, скакалка складена вдвоє на шиї, руки зігнути. 1 – крок лівою ногою ліворуч – нахил тулуба ліворуч; 2 – в. п.; 3–4 – те саме праворуч.	5–6 р.	Із великою амплітудою.
	6. В. п. – о. с., скакалка вниз. 1 – скакалка вгору, ліва нога назад на носок; 2 – в. п.; 3 – скакалка вгору, права нога назад на носок; 4. – в. п.	5–6 р.	Руки прямі в ліктьових суглобах. Нога на носок пряма в колінному суглобі.
	7. В. п. – о. с., скакалка позаду, під п'яткою лівої ноги, натягнута. 1 – піднімаючи ногу зі скакалкою назад, нахилитись вперед; скакалка вгору, ліва нога назад на носок; 2–3 – рівновага на правій нозі; 4 – в. п.	5–6 р.	Зберігати рівновагу.
	8. В. п. – о. с., скакалка позаду. 1 – перенесення скакалки вперед з одночасним нахилом тулуба вперед; 2 – крок лівою ногою через скакалку; 3 – крок правою ногою через скакалку;	5–6 р. <i>Учні спеціальної групи – в положенні сидячі</i>	Широкий хват.

	4 – в. п.				
	9. В. п. – о. с., скакалка в лівій руці. 1– мах лівою ногою вперед, передати скакалку в праву руку під стегном; 2 – в. п. ; 3 – мах правою ногою вперед, передати скакалку в ліву руку під стегном; 4 – в. п.	6–7 р.		Ноги в колінних суглобах прямі.	
	10. В. п. – о. с., скакалка складена вчетверо вгорі. 1 – змах правою ногою, руки вперед, торкнутися скакалкою носка ноги; 2 – в. п. 3–4 – те саме з лівої ноги.	6 – 8 р.	6 – 8 р.	5 – 6 р.	Змах робити прямою ногою, спину тримати рівно.
	11. В. п. – о. с., скакалка складена вчетверо внизу. 1–2 – переступити через скакалку по черзі правою та лівою ногою; 3–4 – те саме в зворотному напрямку, прийняти в. п.	6 – 8 р.	6 – 8 р.	5 – 6 р.	Темп виконання середній, дихання рівномірне. <i>Учні спеціальної групи – в повільному темпі.</i>
2.	Вимірювання ЧСС	15 с			Звернути увагу на самопочуття учнів
<b>III</b>	<b><u>Заключна частина</u></b>	<b>До 5 хв</b>			
1	Шикування в одну шеренгу	До 30 с			За зростом
2	Підведення підсумків уроку Молодці діти! Всі ми з вами заслуговуємо на аплодисменти. <b>Інтерактивна гра «Аплодисменти»</b> (Сприяти розвитку почуття довіри, поваги до думку іншої людини). Вчитель підходить до когось із дітей, дивиться йому в очі та дарує аплодисменти. Потім вони підходять до іншого учасника, стають перед ним та аплодують йому. Гра продовжується, а овації стають все голоснішими.	1–2 хв			Кожен раз той, кому аплодували, має право обрати наступного.
3	Вимірювання ЧСС за 10 с. Домашнє завдання– подивитись відео вправ за методикою «Ключ».	До 1 хв			Звернути увагу на учнів показники ЧСС яких перевищують 100 ударів на хвилину.
4	Організований вихід учнів із спортивного залу.	До 30 с			Стройовим кроком.

## Зразок 5

## Хронокарта урока

Час за розділами	Частина та елементи змісту уроку	Час, для пояснення (хв, с)	Виконання вправ			Відпочинок			Примітки
			Час виконання вправ	Технічний результат	ЧСС або інші показники				
						Час активного чи пасивного відпочинку	ЧСС або інші показники	інші витрати часу	

## Зразок 6

Схема аналізу уроку з фізичної культури				
	Показник	Бали,2	Бали,1	Бали,0
1	Кількість складових частин уроку	4 (Вступна частина, розминка, основна частина, заключна частина)	3	1-2
2	Тривалість розминки	10-12 хвилин	5-9 хвилин	Менше 5 хвилин
3	Тривалість основної частини	25-28 хвилин	29-34 хв., 16-24 хв.	Більше 35 хв., менше 15 хв.
4	Тривалість заключної частини	5-7 хвилин	Менше 5 хвилин	Відсутня 5
5	Зміст розминки	Загальна і спеціальна розминка (для учнів 5-11 класів можлива ще індивідуальна)	Тільки загальна розминка	Використовується тільки біг або розминка відсутня
6	Методи організації	Використання		Використання

	діяльності учнів	фронтального, групового, попарного, індивідуального методів	Використання двох методів	одного методу
7	Використання спортивного знаряддя та обладнання (шведські стінки, лави, похилені дошки, м'ячі, канати, скакалки, обручі, гімнастичні палиці тощо)	Використовується не менше двох видів спортивного знаряддя	Використовується один вид спортивного знаряддя	Не використовується спортивне знаряддя та обладнання
8	Наявність вправ на розвиток рівноваги та координацію рухів	Використовуються спеціальні вправи не менше 5 хвилин	Загальна тривалість спеціальних вправ менше 5 хвилин	Відсутні спеціальні вправи
9	Наявність вправ на профілактику порушень постави та плоскостопості	Використовуються спеціальні вправи не менше 5 хвилин	Загальна тривалість спеціальних вправ менше 5 хвилин	Відсутні спеціальні вправи
10	Зміст заключної частини	Вправи на розтягування, релаксацію, відновлення ЧСС та дихання	Невідповідність характеру і темпу виконання заключних вправ потребам організму щодо його відновлення	Відсутність заключної частини
11	Психологічний клімат під час уроку	Переважають позитивні емоції розминки	Випадки негативних емоцій або урок емоційно індіферентний	Переважають негативні емоції
12	Формування навичок самостійних занять	Так	-	Ні
13	Наявність елементів самоконтролю	Вимірювання ЧСС на початку, в середині, наприкінці уроку	Одноразове вимірювання ЧСС	Відсутність елементів самоконтролю
14	Наявність ознак	Незначна	Середня (значне	Значна (різке

	втоми у дітей	(незначне почервоніння, чітка мова, незначна пітливість, прискорене рівне дихання, бадьора хода)	почервоніння, утруднена мова, пітливість виражена у верхній половині тіла, прискорене уривчасте дихання, хитання)	почервоніння, значно утруднена мова, стікання поту, сильно прискорене дихання, тремтіння кінцівок)
15	Дотримання педагогічного такту на уроці: коректність звертання до учнів, повага до особистості, врахування індивідуальних особливостей. Вимогливість до учнів, об'єктивність оцінювання виконання вправ. Уміння підтримувати дисципліну на уроці	3	2	1

### 30-26 балів

Високий рівень відповідності уроку фізкультури свідчить про те, що його проведення сприяє оздоровленню учнів, профілактиці порушень опорно-рухового апарату, збереженню і зміцненню здоров'я дітей під час навчання у закладах середньої освіти, формуванню навичок самоконтролю і самостійних занять.

### 25-16 балів

Середній рівень відповідності уроку фізкультури свідчить про те, що під час проведення уроку не надається належна увага окремим структурним і змістовним компонентам, що не забезпечує у повній мірі високу працездатність дітей, профілактику порушень постави, розвиток координаційних здібностей та може бути фактором ризику появи дисбалансу у функціонуванні центральної і вегетативної нервової системи. Структура і зміст уроку потребують оптимізації.

15 і нижче

Низький рівень відповідності уроку фізкультури свідчить про те, що такий урок не відповідає завданням збереження і зміцнення здоров'я учнів, мотивації дітей до здорового способу життя і потребує суттєвих змін структури і змісту.

Висновки та пропозиції

ДОДАТОК

### **Загальна інформація щодо дистанційного проходження практики**

Як зазначено у Положенні про дистанційне навчання, затвердженому наказом Міністерства освіти і науки України № 466 від 25 квітня 2013 року (зі змінами) <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0703-13#Text>, під дистанційним навчанням розуміється індивідуалізований процес набуття знань, умінь, навичок і способів пізнавальної діяльності людини, який відбувається в основному за опосередкованої взаємодії віддалених один від одного учасників освітнього процесу у спеціалізованому середовищі, яке функціонує на базі сучасних психолого-педагогічних та інформаційно-комунікаційних технологій.

Метою дистанційного навчання є надання освітніх послуг шляхом застосування у навчанні сучасних інформаційно-комунікаційних технологій за певними ступенями вищої освіти відповідно до державних стандартів освіти; за програмами підготовки громадян до вступу у навчальні заклади, підготовки іноземців та підвищення кваліфікації працівників.

Завданням дистанційного навчання є забезпечення громадянам можливості реалізації конституційного права на здобуття освіти та професійної кваліфікації, підвищення кваліфікації незалежно від статі, раси, національності, соціального і майнового стану, роду та характеру занять, світоглядних переконань, належності до партій, ставлення до релігії, віросповідання, стану здоров'я, місця проживання відповідно до їх здібностей.

Що стосується проходження здобувачами вищої освіти навчальних та виробничих практик, то у пункті 3.8 зазначається, що практична підготовка студентів (учнів, слухачів), які навчаються за дистанційною формою навчання, проводиться за окремо затвердженою навчальним закладом програмою.

У пункті 4.5 вказано, що професійно-практична підготовка здійснюється за дистанційною формою та/або очно у вигляді виробничого навчання, виробничої, переддипломної (передвипускної) практики і проводиться у навчально-виробничих майстернях, на полігонах, тренажерах, автодромах, трактородромах, у навчально-виробничих підрозділах, навчальних господарствах, а також на робочих місцях на виробництві та у

сфері послуг або із використанням технологій дистанційного навчання за наявності відповідних веб-ресурсів і можливостей доступу до них. Відповідно до Додатку 5 «Організація та проведення практики здобувачів вищої освіти К-ПНУ в умовах карантину» до «Положення про проведення практики здобувачів вищої освіти К-ПНУ», «Положення про дистанційне навчання в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка», наказу ректора №95-ОД від 30.08.2022 «Про організацію освітнього процесу в I семестрі 2022-2023 навчального року в умовах дії правового режиму воєнного стану в Україні» проходження практики для осіб, які цього 4 потребують буде проходити у змішаному режимі, зокрема йдеться про тих здобувачів, які перебувають за кордоном або є учасниками бойових дій. Керівники практики, а саме: науково-педагогічні працівники, повинні забезпечити для здобувачів вищої освіти перелік завдань, які б сприяли формуванню фахових компетентностей та реалізації завдань, передбачених робочою програмою практики

## **ОРГАНІЗАЦІЯ ДИСТАНЦІЙНОГО ПРОХОДЖЕННЯ ПРАКТИКИ**

1. На університетській платформі MOODLE відповідальна особа створює курс із зазначеною назвою практики, ступеня вищої освіти, спеціальності, курсу та форми навчання.
2. Додає до курсу учасників, тобто здобувачів вищої освіти конкретної академічної групи та керівників практики відповідно до педагогічного навантаження.
3. Розміщує у курсі:
  - робочу програму і додаток;
  - наказ про проходження практики;
  - завдання, куди здобувачі повинні завантажити виконану роботу.
4. Із використанням додатків Google Meet, Zoom здійснювати проведення настановної конференції, консультацій та звітної підсумкової конференції.
5. Крім вищезазначеного провідним фахівцем навчального відділу наказ про проходження тієї чи іншої практики та розпорядження щодо її захисту також надсилається здобувачам вищої освіти та керівникам практики за допомогою мобільних додатків Viber, Skype, електронні пошти тощо
6. Наставна конференція з практики повинна відбутись в офлайн та онлайн режимах за допомогою додатку Google Meet, Zoom (у першому випадку для здобувачів вищої освіти, які навчаються офлайн, у другому онлайн) разом з усією академічною групою, під час якої керівник практики розповідає здобувачам вищої освіти порядок та специфіку проходження практики у змішаному режимі.
7. Упродовж проходження практики здобувачі вищої освіти матимуть змогу консультиватись із керівниками практики та з провідним фахівцем навчального відділу для з'ясування питань чи вирішення певних проблем.



8. Звітну документацію здобувачі вищої освіти повинні здати в електронному форматі у встановленні терміни згідно розпорядження, яке буде їм надіслане після завершення практики.
9. Звітну документацію про проходження практики в електронному форматі (фото, документи Word, презентації, відео та ін.) потрібно надіслати керівникам за допомогою мобільних додатків Viber електронної пошти тощо.
10. Керівники практики повинні перевірити звітну документацію практики у встановленні розпорядженням терміни.
11. Після перевірки матеріалів практики науково-педагогічними працівниками, які здійснювали її керівництво, та їх оцінювання комісією із захисту практики голова комісії виставляє до відомості обліку успішності оцінку за практику.
12. Захист практики повинен відбутися в офлайн та онлайн режимах (у першому випадку для здобувачів вищої освіти, які навчаються офлайн, у другому онлайн) за допомогою додатків з присутністю усіх здобувачів вищої освіти, керівників практики, факультетського керівника практики та провідного фахівця навчального відділу.
13. Під час захисту здобувачі вищої освіти демонструють результати виконаних завдань, діляться враженнями та досвідом, вказують на недоліки, які виникали під час дистанційного проходження практики, активно ведуть обговорення з керівниками практики, задають питання один одному, показують презентаційні слайди, відеофрагменти тощо. Обговорення результатів ведеться секретарем комісії у протоколі.
14. Голова комісії із захисту практики не пізніше наступного дня після проведення захисту друкований примірник відомості обліку успішності заповнює та подає до деканату.

