МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Методичні рекомендації до організації та проходження навчальної практики

для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра
спеціальності А7 «Фізична культура і спорт»
освітньої-професійної програми «Фізичне виховання»

Затверджено
Вченою радою ЗНУ
Протокол № від 2025 р.

Запоріжжя
2025

УДК 378.147.091.33-027.22:796.011.3(076.5)
М545

Методичні рекомендації до організації та проходження навчальної практики для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра спеціальності А7 «Фізична культура і спорт» освітньої-професійної програми «Фізичне виховання» / уклад.: А. П. Конох, В. О. Тищенко, Ю. О. Коваленко, О. В. Соколова, А. А. Орлов, С. Б. Парій. Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2025. 47 с.

У виданні надано методичні рекомендації до організації та проходження навчальної практики. Окреслено мету й завдання практики, визначено її зміст і вимоги до оформлення звітної документації. Описано види, зміст контрольних заходів із навчальної практики та критерії їх оцінювання. У додатках запропоновано всі необхідні здобувачеві освіти-практикантові методичні матеріали, зразки та форми документів.

При розробці методичних рекомендацій враховано досвід багаторічної роботи з організації та проведення науково-педагогічними працівниками кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту навчальної практики.

Для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра спеціальності А7 «Фізична культура і спорт», які навчаються за освітньо-професійною програмою «Фізичне виховання» денної та заочної форм здобуття освіти.

Рецензент
М. В. Маліков, д-р біолог. наук, проф., декан факультету фізичного виховання, здоров’я та туризму

Відповідальний за випуск
А. П. Конох, д-р пед. наук, проф., завідувач кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту

ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА…..... 4

1 ОБОВ'ЯЗКИ КЕРІВНИКА ПРАКТИКИ ВІД КАФЕДРИ. ПРАВА ТА ОБОВ'ЯЗКИ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ-ПРАКТИКАНТІВ 5

1.1 Обов’язки керівника практики від кафедри……..…… 5

1.2 Права здобувачів освіти-практикантів…….…… 6

1.3 Обов’язки здобувачів освіти-практикантів……..…. 6

1.4 Пам’ятка здобувачеві освіти-практикантові…….. 7

1.5 Посадова інструкція інструктора-методиста з фізичної культури..... 8

2 ОРГАНІЗАЦІЯ І ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОЇ ПРАКТИКИ…….. 10

2.1 Мета, завдання і організація навчальної практики..... 10

2.2 Зміст роботи здобувачів освіти-практикантів із розділів навчальної практики…….. 13

2.3 Орієнтовний індивідуальний план роботи здобувача освіти-практиканта……..… 15

2.4 Критерії оцінювання результатів навчальної практики……. 17

2.5 Види і зміст поточних контрольних заходів із практики……..…. 18

2.6 Орієнтовна схема звіту про навчальну практику здобувача освіти-практиканта…….. 22

2.7 Схема звіту керівника практики від факультету про підсумки педагогічної практики здобувачів освіти-практикантів…..... 22

2.8 Залікова документація з навчальної практики……..….. 24

2.9 Перелік питань, які виносяться на захист звіту з практики…… 25

2.10 Академічна доброчесність при проходженні практики…..……..…. 25

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА..... 27

ВИКОРИСТАНА ЛІТЕРАТУРА..... 28

ДОДАТКИ……... 29

ПЕРЕДМОВА

Навчальна практика є невід'ємною складовою підготовки здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра, які навчаються за освітньо-професійною програмою «Фізичне виховання» першого (бакалаврського) рівня.

Здобувачі освіти проходять навчальну практику на другому курсі в 4 семестрі. Це перша практика, що започатковує досвід студента-практиканта на первинних посадах фахівців сфери фізичної культури і спорту.

Навчальна практика відіграє важливу роль у системі професійної підготовки фахівців із фізичного виховання та спорту. Вона є сполучною ланкою, що поєднує теоретичне навчання здобувачів освіти з практичною діяльністю та забезпечує їм можливість долучитися до діяльності з високим рівнем автономності. Вона спрямована на набуття компетентностей, передбачених освітньо-професійною програмою та вимогами Національної рамки кваліфікацій до здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра, які повинні розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у галузі знань А Освіта із закріпленням та застосуванням набутих теоретичних знань, отриманих здобувачами вищої освіти за час навчання, набуття і вдосконалення практичних умінь і навичок зі спеціальності А7 Фізична культура і спорт.

Мета навчальної практики – набуття первинних навичок з організації, методики проведення різних форм фізичного виховання, масових фізкультурно-оздоровчих заходів, навчально-тренувальних занять у закладах та організаціях, що здійснюють фізкультурно-оздоровчу та спортивну діяльність з різновіковими групами населення і на цій основі формування інтересу до своєї майбутньої професійної діяльності.

Її основне завдання полягає в ознайомленні здобувачів освіти-практикантів з умовами майбутньої професійної діяльності; забезпеченні можливості застосувати набуті знання на практиці, працюючи в умовах, що сприяють розвитку їхньої самостійності, впевненості у прийнятті рішень; засвоєнні принципів етики спілкування; розвитку фахових компетентностей та відпрацюванні вмінь і навичок зі спеціальності. Крім того, навчальна практика передбачає формування у студентів здатності до аналізу, критичного мислення та адаптації до реальних професійних умов і ситуацій, що дозволить майбутнім фахівцям із фізичного виховання і спорту не лише вдосконалити свої практичні навички, але й розвинути комунікативні й організаційні здібності, необхідні для ефективної взаємодії з колегами, вихованцями та їх батьками.

Відтак навчальна практика є важливою складовою становлення кваліфікованого фахівця, здатного професійно й ефективно діяти в умовах здійснення діяльності у сфері фізичної культури і спорту.

1 ОБОВ'ЯЗКИ КЕРІВНИКА ПРАКТИКИ ВІД КАФЕДРИ. ПРАВА ТА ОБОВ'ЯЗКИ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ-ПРАКТИКАНТІВ

1.1 Обов'язки керівника практики від кафедри

1. Здійснити відбір баз для проходження навчальної практики, укласти договори.
2. Перед початком практики забезпечити підготовку документації для здобувачів вищої освіти: оформлення договорів про проведення практики, направлень, листів, щоденників тощо.
3. Перед початком практики забезпечити готовність баз практики до прийому здобувачів вищої освіти: надати копію наказу про проведення практики, копію силабуса практики керівникам практики від бази практики.
4. Перед початком практики виконати організаційні заходи зі здобувачами вищої освіти: провести настановчу конференцію, ознайомити із силабусом практики, довести інформацію про порядок проходження практики, забезпечити необхідними документами.
5. Провести інструктаж здобувачів вищої освіти з безпеки життєдіяльності під час проведення практики та зафіксувати його в журналі реєстрації інструктажів із питань охорони праці для здобувачів вищої освіти.
6. Спільно з керівником практики від бази практики ознайомити здобувачів вищої освіти з правилами внутрішнього розпорядку закладу загальної середньої освіти.
7. Контролювати забезпечення нормальних умов праці здобувачів вищої освіти під час практики та виконання здобувачами вищої освіти-практикантами правил внутрішнього розпорядку.
8. Спільно з керівником практики від бази практики забезпечити якісне проходження практики згідно з програмою.
9. Вибірково відвідувати види занять, які проводять здобувачі освіти-практиканти.
10. Контролювати ведення інформаційного листа про перебування здобувачів вищої освіти на базі практики.
11. Перевіряти й давати оцінку звітній документації здобувача вищої освіти після закінчення практики.
12. Приймати у складі комісії залік із практики.
13. Готувати та подавати письмовий звіт про проведення та результати практики завідувачу кафедри та оприлюднювати звіт на вченій раді факультету.
14. Вносити пропозиції з удосконалення практики, брати участь в обговоренні питань організації практики на засіданнях кафедри й раді факультету.

Права здобувачів освіти-практикантів

У період проходження навчальної практики ***здобувач освіти-практикант має право:***

– отримувати консультації з будь-яких питань, що стосуються практики у методиста, вчителя фізичної культури, викладачів кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту;

– вносити пропозиції щодо вдосконалення програми практики та окремих документів;

– отримувати обґрунтування попередньої оцінки з практики (від методиста та вчителя);

– звертатися для вирішення суперечливих питань до керівника практики, завідувача кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту та декана факультету.

1.2 Обов'язки здобувачів освіти-практикантів

У період проходження навчальної практики ***здобувач освіти-практикант зобов'язаний:***

– брати участь у настановчій та підсумковій конференціях із практики;

– отримати консультації щодо оформлення всіх необхідних документів із практики;

– своєчасно прибути на базу практики;

– ознайомитись із силабусом практики та виконувати всі передбачені ним завдання;

– виконувати в повному обсязі всі вимоги програми практики на відповідному якісному рівні;

– брати участь у суспільному житті шкільного колективу;

– проявляти ініціативу та творчість під час проведення освітньої, виховної, спортивно-масової та фізкультурно-оздоровчої роботи;

– в установлений розкладом день працювати не менше 6 год на базі практики; пропущений день практики відпрацьовується в терміни, встановлені методистом групи;

– своєчасно виконувати індивідуальний план, подавати на перевірку документацію відповідно до встановленого графіка;

– ретельно готуватися до проведення освітньої та виховної роботи з вихованцями;

– складати конспекти, документи планування і здійснювати аналіз роботи, затверджувати їх у методиста;

– активно брати участь в аналізі занять;

– подавати комплекси фізичних вправ, фрагменти конспекту заняття завчасно;

– чітко дотримуватися правил техніки безпеки під час проведення занять із фізичної культури;

– будувати стосунки з вихованцями, колегами, батьками, адміністрацією бази практики, медичним персоналом на принципах взаємоповаги та взаєморозуміння;

– нести відповідальність за доручену та виконану роботу на базі практики;

– дотримуватися притаманних професії правил поведінки та зовнішнього вигляду;

– пам’ятати, що здобувач освіти-практикант є представником факультету, його студентського колективу. Тому повинен бути організованим і коректним;

– пройти інструктаж із безпеки життєдіяльності, суворо дотримуватися правил охорони праці та техніки безпеки;

– підготувати відповідно до вимог силабуса навчальної практики звітну документацію та у визначений термін надати керівнику практики від кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту;

– своєчасно скласти залік із навчальної практики.

–

1.3 Пам’ятка здобувачеві освіти-практикантові

У період навчальної практики студент-практикант зобов’язаний дотримуватися правил внутрішнього розпорядку бази практики, чітко виконувати розпоряджень директора, заступника директора, керівників практики і старости групи.

Студент несе відповідальність за виконувану ним роботу та її результати нарівні зі штатними працівниками бази практики.

Студент зобов’язаний суворо дотримуватися трудової дисципліни, в повному обсязі виконувати завдання, передбачені силабусом навчальної практики; ретельно готуватися до кожного заняття й інших видів освітньої та виховної роботи; відвідувати заняття, які проводять керівники від бази практики, методичні заняття.

Студент зобов’язаний щодня бувати на базі практики та витрачати на всі види практичної діяльності не менше 6 год на день.

За результатами проходження навчальної практики студент захищає звіт з практики. Оцінювання практики здійснюється відповідно до критеріїв, що визначені силабусом навчальної практики. Загальна позитивна оцінка можлива лише при виконанні всіх завдань, передбачених програмою практики. Невиконання або незадовільна оцінка за будь-який вид практичної діяльності (наприклад, за проведення виховної роботи) не дає можливості студентові отримати загальну позитивну оцінку. Враховується також обсяг усієї виконаної на практиці роботи.

1.4 Посадова інструкція інструктора-методиста з фізичної культури

І. Загальні положення

1. Інструктор-методист із фізичної культури та спорту безпосередньо підпорядковується директору.

2. Інструктор-методист із фізичної культури та спорту виконує вказівки адміністрації закладу.

3. Повинен знати:

- постанови, розпорядження керівних організацій;
- методичні, нормативні та інші керівні матеріали з питань фізкультурно-оздоровчої роботи, форми і методи її організації;
- основи педагогіки і психології;
- основи трудового законодавства;
- норми та правила з охорони праці, виробничої санітарії та протипожежного захисту.

3. Кваліфікаційні вимоги:

Інструктор-методист із фізичної культури та спорту І категорії: базова або неповна вища освіта відповідного напряму підготовки та підвищення кваліфікації. Стаж роботи за професією інструктора-методиста з фізичної культури та спорту ІІ категорії – не менше 3 років.

Інструктор-методист із фізичної культури та спорту ІІ категорії: базова або неповна вища освіта відповідного напряму підготовки та підвищення кваліфікації. Стаж роботи за професією інструктора-методиста з фізичної культури та спорту – не менше 3 років.

Інструктор-методист з фізичної культури та спорту: базова або неповна вища освіта відповідного напряму підготовки без вимог до стажу роботи.

ІІ. Завдання та обов'язки

1. Забезпечує на підприємстві (в організації) проведення масової фізкультурно-оздоровчої і спортивної роботи.

2. Розробляє і вживає заходів із пропаганди здорового способу життя.

3. Сприяє і проводить на підприємстві (в організації) фізкультурно-оздоровчі заходи, які передбачено Комплексною програмою «Фізичне виховання – здоров'я нації», планами соціально-економічного розвитку трудових колективів та колективними договорами.

4. Організовує і проводить огляди, конкурси та інші заходи на кращу постановку фізкультурно-оздоровчої і профілактичної роботи з урахуванням умов праці.

5. Рекомендує комплексні вправи, які сприяють поновленню працездатності.

6. Проводить навчально-тренувальну роботу у фізкультурно-оздоровчих групах і спортивних секціях.

7. Організовує проведення консультацій для тих, хто займається фізичною культурою.

III. Права

Інструктор-методист з фізичної культури та спорту має право:

1. Ознайомлюватися з проєктами рішень керівництва підприємства, що стосуються його діяльності.
2. Брати участь в обговоренні питань, що стосуються виконання його обов'язків.
3. Вносити на розгляд керівництва підприємства пропозиції щодо покращання роботи, пов'язаної з обов'язками, що передбачені цією інструкцією.
4. У межах своєї компетенції повідомляти керівництву підприємства про всі недоліки, виявлені в процесі його діяльності, та вносити пропозиції щодо їх усунення.
5. Вимагати від керівництва підприємства сприяння у виконанні ним посадових обов’язків.

IV. Відповідальність

Інструктор-методист із фізичної культури та спорту несе відповідальність:

1. За неналежне виконання або невиконання своїх посадових обов’язків, а також за невикористання або неповне використання своїх функціональних прав, що передбачені цією посадовою інструкцією, – в межах, визначених чинним законодавством України про працю.
2. За правопорушення, скоєні в процесі здійснення своєї діяльності, – в межах, визначених чинним адміністративним, кримінальним і цивільним законодавством України.
3. За завдання матеріальної шкоди – в межах, визначених чинним цивільним законодавством та законодавством про працю України.

РОЗДІЛ 2
ОРГАНІЗАЦІЯ І ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОЇ ПРАКТИКИ

2.1 Мета, завдання і організація навчальної практики

Навчальна практика забезпечує зв'язок між теоретичним навчанням студентів і їх майбутньою самостійною професійною діяльністю.

Метою навчальної практики є набуття первинних навичок з організації, методики проведення різних форм фізичного виховання, масових фізкультурно-оздоровчих заходів, навчально-тренувальних занять в закладах та організаціях, що здійснюють фізкультурно-оздоровчу та спортивну діяльність із різновіковими групами населення і на цій основі формування інтересу до своєї майбутньої професійної діяльності.

Основними завданнями навчальної практики є:

1. Ознайомлення здобувачів освіти з посадовими обов'язками фахівців бази практики (організація, підприємство, установа, центр) з особливостями організації навчально-виховної, інформаційно-методичної, організаційно-масової та навчально-тренувальної роботи.
2. Ознайомлення здобувачів освіти з матеріально-технічною базою бази практики.
3. Формування навичок проведення фізкультурно-оздоровчих заходів, які передбачено Комплексною програмою «Фізичне виховання – здоров'я нації», заходів щодо реалізації державної політики з питань культури, туризму, дітей, молоді та спорту з надання населенню якісних послуг в сфері фізичної культури; організації заходів із пропаганди здорового способу життя; організації та проведення навчально-тренувальної роботи в фізкультурно-оздоровчих групах і спортивних секціях; планування, ведення документації та звітності; організації спортивних, змагань із спортивно-технічних і прикладних видів спорту.
4. Навчання здобувачів освіти спостереженню й аналізу процесу фізичного виховання з різновіковими групами населення.
5. Формування у здобувачів загальних і професійних компетентностей сфери освітньої діяльності.
6. Формування комунікативної компетентності роботи з учасниками процесу фізичного виховання, спілкування з колегами.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми у процесі навчальної практики студент повинен досягти таких результатів навчання (компетентностей):

- ✓ ЗК 1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.
- ✓ ЗК 4. Здатність працювати в команді.
- ✓ ЗК 5. Здатність планувати та управляти часом.
- ✓ ЗК 8. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.
- ✓ ЗК 11. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

- ✓ ЗК 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
- ✓ ЗК 13. Здатність ухвалювати рішення та діяти, дотримуючись принципу неприпустимості корупції та будь-яких інших проявів недоброчесності.
- ✓ СК 1. Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.
- ✓ СК 3 Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення.
- ✓ СК 4 Здатність визначати заходи з фізкультурно-спортивної реабілітації та форми адаптивного спорту для осіб, що їх потребують.
- ✓ СК 5 Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя.
- ✓ СК 7 Здатність застосовувати знання про будову та функціювання організму людини.
- ✓ СК 10. Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.
- ✓ СК 12. Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.
- ✓ СК 17. Здатність поєднання традиційних форм рухової активності з сучасними методиками фізичного виховання, адаптація до різних вікових та соціальних груп, у т.ч. інклюзивних.

Організація практики на всіх етапах будується з урахуванням обов'язкового виконання державних вимог до змісту і рівня підготовки випускників у відповідності зі спеціальністю, яку вони отримують і передбачає безперервність, комплектність, послідовність оволодіння студентами професійною діяльністю відповідно до програми практики, що передбачає логічний взаємозв'язок і поєднання теоретичного та практичного етапів навчання і їх спадкоємність.

Порядок проходження навчальної практики

Педагогічна практика проводиться впродовж 4 тижнів.

Студенти денної форми здобуття освіти проходять практику в спортивних клубах, організаціях, закладах, що здійснюють фізкультурно-оздоровчу та спортивну діяльність на посаді помічника на другому курсі в 4 семестрі 4 тижні з відривом від навчання.

Для проходження практики студенту необхідно визначитись із базою проходження практики (перелік баз практики, з якими укладені договори, знаходиться на кафедрі теорії та методики фізичної культури і спорту). Студенти, які бажають пройти практику за місцем проживання, або за місцем роботи, повинні повідомити про це керівника практики і взяти лист-запит із підприємства на проходження навчальної практики у самостійно обраному закладі, організації, підприємстві тощо.

Базами проходження навчальної практики є спортивні клуби, організації та заклади (фізкультурно-оздоровчі та спортивні клуби, громадські організації фізкультурно-оздоровчого спрямування, фізкультурно-оздоровчі заклади системи освіти вихованців і студентів, навчальні центри у сфері фізичної культури і спорту та туризму, центри молоді та патріотичного виховання, фізкультурно-спортивні організації «Спорт для всіх», центри туризму і краєзнавства, спорту та екскурсій учнівської молоді), які відповідають необхідним умовам для організації та проведення практики. Закріплення баз практики здійснюється університетом і адміністрацією бази практики на основі договорів. Місце для проходження навчальної практики студенти обирають за власним бажанням. Листи-запити на проходження навчальної практики у самостійно обраному місці розглядаються на кафедрі теорії та методики фізичної культури і спорту і приймається рішення про згоду на проходження студентом практики у вказаному ним спортивному клубі, організації або закладі.

На початку навчальної практики керівником практики проводиться настановча конференція. Участь у ній всіх здобувачів освіти-практикантів обов’язкова.

Після проходження навчальної практики студенти повинні у визначений термін здати методисту залікову документацію з практики.

Підсумки проходження практики оголошуються на звітній (підсумковій) конференції.

Результати захисту звіту з навчальної практики враховуються при підбитті підсумків загальної успішності студентів. Студенти, що не виконали програму практики з поважної причини, проходять практику повторно, у вільний від обов’язкових навчальних занять час.

За результатами проходження навчальної практики студент повинен набути програмних результатів навчання:

ПРН 3. Уміти обробляти дані з використанням сучасних інформаційних та комунікаційних технологій.

ПРН 4. Показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення.

ПРН 5. Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.

ПРН 7. Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами.

ПРН 8. Здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань.

ПРН 9. Демонструвати готовність до зміцнення особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та інших чинників здорового способу життя, проведения роз’яснювальної роботи серед різних груп населення.

ПРН 10. Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи.

ПРН 13. Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості.

ПРН 14. Застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою.

ПРН 17. Знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини.

ПРН 21. Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

ПРН 22. Знати особливості національних видів рухової активності, етнокультурної спадщини й традицій Запорізького краю та уміти інтегрувати елементи національних видів спорту, ігор, танців, звичаїв у навчальні заняття з фізичного виховання.

ПРН 23. Знати туристично-рекреаційний потенціал Запорізького регіону, його освітнє значення та уміти планувати, організовувати туристично-рекреаційні заходи (екскурсії, походи, змагання, тренінги) для різних вікових і соціальних груп.

ПРН 24. Володіти методикою традиційних і сучасних форм фізичного виховання та уміти поєднувати традиційні рухові практики з інноваційними технологіями навчання, з урахуванням індивідуальних можливостей учасників.

При організації та проведенні практики методисти орієнтуються на нормативні документи Запорізького національного університету, що регламентують практичну підготовку: положення про проведення практики студентів вищих навчальних закладів України, Наказ МОУ №93 від 08.04.1993; методичні рекомендації по складанню програм практики студентів вищих навчальних закладів України; положення про організацію освітнього процесу з використанням технологій дистанційного навчання в ЗНУ; положення про практичну підготовку здобувачів вищої освіти ЗНУ.

У ході практики студенти опановують передовий досвід організації діяльності спортивних клубів, організацій, закладів сфери фізичної культури і спорту.

Робота студента на практиці будується із розрахунку 6-годинного робочого дня та складається з:

- ✓ організаційної роботи;
- ✓ навчально-методичної (фізкультурно-оздоровча та спортивна);
- ✓ дослідницької роботи;
- ✓ виховної роботи.

2.2 Зміст роботи здобувачів освіти з розділів навчальної практики

Організаційна робота:

Колективні форми роботи:

- участь в настановчій та підсумковій конференціях;

- ознайомлення з організацією роботи бази практики (співбесіда з керівником, інструктором з фізичної культури (туризму), ознайомлення з умовами проведення занять, обладнанням, інвентарем, спортивним залом і спортивним майданчиком, організацією роботи з фізичного виховання, масової фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи тощо), з нормативними документами організації роботи;
- ознайомлення з особливостями проведення фізкультурно-оздоровчих заходів, заходів з пропаганди здорового способу життя, з організації та проведення навчально-тренувальної роботи в фізкультурно-оздоровчих групах і спортивних секціях, з планування та ведення документації та звітності, з організації спортивних, туристських змагань, змагань із спортивно-технічних і прикладних видів спорту.

Індивідуальні форми роботи:

- складання індивідуального плану роботи на період практики;
- оформлення індивідуальної залікової документації та подання її методисту з практики відразу по закінченні навчальної практики.

Навчально-методична (фізкультурно-оздоровча та спортивна) робота:

Колективні форми:

- загальне ознайомлення з планом роботи бази практики на період, передбачений термінами практики;
- вивчення інноваційних підходів, які реалізуються в практичній діяльності;
- перегляд різних форм фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи, фізкультурно-оздоровчих заходів, заходів із пропаганди здорового способу життя, спортивних змагань тощо;
- перегляд і аналіз занять з організації та проведення навчально-тренувальної роботи в фізкультурно-оздоровчих групах і спортивних секціях фахівцями бази практики;

Індивідуальні форми роботи:

- складання комплексів занять та їх проведення;
- організація та проведення фізкультурно-оздоровчих заходів;
- самостійне проведення занять в спортивній секції, групі загальної фізичної підготовки (ЗФП), гуртку;
- виконання завдань з організації та проведення заходів зі фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи;
- участь в організації та проведенні планових змагань із різних видів спорту (у ролі помічника – підготовка місця проведення, обладнання, організація учасників, суддівство);
- вивчення і узагальнення літературних джерел, систематизація теоретичних знань.

Дослідницька робота.

Колективні форми роботи:

- перегляд та аналіз заняття або тренування;
- визначення впливу навантаження на організм під час навчально-

тренувального заняття (10 замірів під час занять після виконання окремих завдань).

Індивідуальні форми роботи:

- складання протоколу педагогічного аналізу заняття та фізіологічної кривої навантаження.

Виховна робота.

Колективні форми роботи:

- виховання в учасників навчально-тренувального процесу або заходах культурних навичок поведінки;
- проведення бесід на базі практики;
- участь в акціях тощо.

Індивідуальні форми роботи:

- ознайомлення з особливостями роботи колективу бази практики;
- встановлення особистих контактів з учасниками навчально-тренувального процесу, під час проведення фізкультурно-оздоровчих заходів та спостереження за їх проявом у різних видах діяльності;
- проведення виховних бесід щодо здорового способу життя з участю відомих спортсменів і визначних діячів у галузі фізичної культури і спорту з метою виховання почуття гордості, поваги до минулого й сучасного своєї Батьківщини, розуміння, підтримки та позитивного ставлення до оточуючих.

Профорієнтаційна робота.

Проведення індивідуальних бесід щодо навчання за спеціальністю А7 «Фізична культура і спорт» на кафедрі теорії та методики фізичної культури і спорту Запорізького національного університету.

Виконання індивідуального завдання

Виконання студентами індивідуального завдання під час практики сприяє надбанню умінь та навичок самостійного розв'язання виробничих, наукових або організаційних завдань. Виконання одного або декількох індивідуальних завдань активізує діяльність здобувачів, розширює їх світогляд, підвищує ініціативу і робить проходження практики більш конкретним і цілеспрямованим.

Студенту-практиканту рекомендується: проводити аналіз основних сторін професійної діяльності фахівців сфери фізичної культури і спорту, фіксувати педагогічні методи і прийоми, які ним використовуються під час занять; давати оцінку проведеному заняттю і робити правильні висновки про якість його проведення; проводити педагогічні спостереження в ході занять; проводити хронометраж заняття, пульсометрію, оцінювати параметри фізичного навантаження на заняттях; обробляти отримані дані для формулювання педагогічних висновків.

Зміст індивідуального завдання (у формі есе) конкретизується і уточнюється під час проходження практики керівниками від університету і бази практики. Матеріали, отримані студентом під час виконання індивідуального завдання, можуть в подальшому бути використані для виконання курсової або

кваліфікаційної роботи, для підготовки доповіді, статті або для інших цілей після узгодження з кафедрою та базою практики.

Види індивідуальних завдань:

1. Скласти індивідуальний план проведення серії занять для різновікової групи (діти, молодь або дорослі) відповідно до поставленої мети. *Очікуваний результат:* плани-конспекти 5 занять із чіткою структурою (вступна, основна, заключна частини), описом засобів, параметрів дозування фізичного навантаження.

2. Підготувати опис матеріально-технічної бази практики, визначити її сильні та слабкі сторони. *Очікуваний результат:* письмовий звіт (5-6 сторінки) з описом інвентарю, обладнання, умов для занять і рекомендаціями щодо поліпшення.

3. Розробити та провести бесіду чи міні-лекцію на тему: «Здоровий спосіб життя та його значення для молоді». *Очікуваний результат:* текст виступу або презентація (12-15 слайдів) та відгук керівника чи слухачів про ефективність заходу.

4. Розробити методичні рекомендації для проведення фізкультурно-оздоровчих занять із використанням сучасних технологій (фітнес-трекери, онлайн-програми). *Очікуваний результат:* методичний матеріал (2-3 сторінки або буклет), у якому описано приклади використання технологій на практиці.

5. Розробити положення щодо проведення спортивно-масового заходу (наприклад, «День здоров'я» або турнір). *Очікуваний результат:* сценарій заходу (мета, завдання, етапи проведення, правила участі), фото/відеофіксація або відгуки учасників.

6. Провести опитування учасників занять щодо їхніх очікувань та задоволеності. *Очікуваний результат:* анкета (5-7 запитань), результати у вигляді діаграми/таблиці та короткий аналіз (1 сторінка).

7. Створити свій індивідуальний професійний портфоліо-проєкт для подачі на вакантну посаду у сфері фізичної культури і спорту. *Очікуваний результат:* електронний документ, що включає: ваші досягнення, уміння та навички, фото/відеоматеріали про вашу спортивну діяльність, відгуки керівника практики.

2.3 Орієнтовний індивідуальний план роботи здобувача освіти-практиканта

Індивідуальний план:

- участь у настановчій та підсумковій конференціях;
- ознайомлення із базою практики (співбесіда з керівником, інструктором з фізичної культури (туризму), ознайомлення з умовами проведення занять, обладнанням, інвентарем, спортивним залом і спортивним майданчиком, організацією роботи з фізичного виховання, масової фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи тощо), з нормативними документами організації роботи;

- підготовка документації (складання документів планування роботи практиканта на період практики, методичної роботи, оформлення документів звітності);
- загальне ознайомлення з планом роботи бази практики на навчальний рік на основі короткої характеристики керівника закладу;
- ознайомлення з особливостями проведення фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи, заходів, змагань;
- вивчення інноваційних підходів, які реалізуються в практичній діяльності;
- перегляд різних форм фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи, фізкультурно-оздоровчих заходів, заходів із пропаганди здорового способу життя, спортивних змагань тощо;
- перегляд і аналіз занять з організації та проведення навчально-тренувальної роботи в фізкультурно-оздоровчих групах і спортивних секціях фахівцями бази практики;
- перегляд та аналіз заняття або тренування;
- виконання функцій і обов'язків помічника керівника від бази практики (виконання усіх видів робіт з організації заходів із пропаганди здорового способу життя; організації та проведення навчально-тренувальної роботи в фізкультурно-оздоровчих групах і спортивних секціях; планування, ведення документації та звітності; організації спортивних, туристських змагань, змагань із спортивно-технічних і прикладних видів спорту);
- складання комплексів занять та їх проведення;
- організація та проведення фізкультурно-оздоровчих заходів;
- самостійне проведення занять у спортивній секції, групі ЗФП, гуртку;
- виконання завдань з організації та проведення заходів із фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи;
- участь в організації та проведенні планових змагань із різних видів спорту (у ролі помічника – підготовка місця проведення, обладнання, організація учасників, суддівство).
- індивідуальне завдання.

Останній тиждень

1. Підготовка залікової документації з навчальної практики.
2. Підготовка фото-, відеозвітів, матеріалів для доповіді на підсумкову конференцію з навчальної практики.

2.4 Критерії оцінювання результатів навчальної практики

Формою підсумкового контролю з практики є захист звіту з практики.

Захист звіту з практики приймає комісія із трьох осіб, що призначається завідувачем кафедри.

Оцінювання практики здійснюється відповідно до критеріїв, що визначені силабусом практики.

Оцінка вноситься в заліково-екзаменаційну відомість керівником

практики від кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту.

Здобувач вищої освіти, який не виконав програму практики без поважної причини, отримує оцінку «незадовільно», що вважається як академічна заборгованість.

Якщо програма практики не виконана з поважної причини, здобувач вищої освіти подає заяву на ім'я ректора з проханням перенести термін практики та додає документи на підтвердження.

Про перенесення терміну проходження практики видається наказ ректора університету, в якому встановлюється новий термін проходження практики.

Питання про підсумки кожної практики обговорюються на засіданні кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту та на вченій раді факультету фізичного виховання, здоров'я та туризму.

2.5 Види і зміст поточних контрольних заходів із практики

Шкала оцінювання ЗНУ: національна та ECTS

Види і зміст поточних контрольних заходів

Вид контрольного заходу	Зміст контрольного заходу	Критерії оцінювання та термін виконання	Усього балів
Поточний контроль			
Робота студента на базі практики (рекомендують оцінку керівник від бази практики та методист від кафедри)	**Навчально-методична робота:** - загальне ознайомлення з планом роботи бази практики на період, передбачений термінами практики; - вивчення інноваційних підходів, які реалізуються в практичній діяльності; - перегляд різних форм фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи, фізкультурно-оздоровчих заходів, заходів з пропаганди здорового способу життя, спортивних змагань тощо; - перегляд і аналіз занять з організації та проведення навчально-тренувальної роботи в фізкультурно-оздоровчих групах і спортивних секціях фахівцями бази практики; - складання комплексів занять та їх проведення; організація та проведення фізкультурно-оздоровчих заходів; - самостійне проведення занять в спортивній секції, групі загальної фізичної підготовки (ЗФП), гуртку; - виконання завдань з організації та проведення заходів зі фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи; - участь в організації та проведенні планових змагань із різних видів спорту (у ролі помічника - підготовка місця проведення, обладнання, організація учасників, суддівство); - вивчення і узагальнення літературних джерел, систематизація теоретичних знань. **Дослідницька робота.** - перегляд та аналіз заняття або тренування; - визначення впливу навантаження на організм під час навчально-тренувального заняття (10	**Навчально-методична (фізкультурно-оздоровча та спортивна) робота;** Відмінно – 10 балів Добре – 5 балів Задовільно – 2 бали **Дослідницька робота:** Відмінно – 5 балів Добре – 3 бали	**20**

	замірів під час занять після виконання окремих завдань); - складання протоколу педагогічного аналізу заняття та фізіологічної кривої фізичного навантаження. **Виховна робота.** - виховання в учасників навчально-тренувального процесу або заходах культурних навичок поведінки; - проведення заходів на базі практики; - участь в акціях.	Задовільно – 2 бали **Виховна робота:** Відмінно – 5 балів Добре – 3 бали Задовільно – 2 бали	
Оформлення звітної документації з практики	Якість розробки й оформлення планів-конспектів занять із фізичної культури, тренувань (відповідність вимогам, логічність, повнота).	Розкрито тему заняття – 5 балів Тему заняття розкрито з незначними недоліками – 4 бали Тему заняття розкрито поверхово – 3 бали	**25**
	Зміст і якість плану-конспект однієї бесіди з патріотично-виховної теми та теми здорового способу життя.	Відповідність тематиці, завданням – 5 балів Часткова відповідність тематиці, завданням – 4 бали Невідповідність тематиці, завданням – 3 бали	
	Педагогічна оцінка проведеного заняття з фізичної культури або тренування та побудова фізіологічної кривої заняття.	Відповідність критеріям – 5 балів Часткова відповідність критеріям – 4 бали Невідповідність критеріям – 3 бали	
	Звіт про проведену профорієнтаційну бесіду.	Повний, творчий – 5 балів Повний, формальний – 4 бали Задовільний – 3 бали	
Індивідуальне завдання	1. Скласти індивідуальний план проведення серії занять для різновікової групи (діти, молодь або дорослі) відповідно поставленої мети. *Очікуваний результат:* плани-конспекти 5 занять із чіткою структурою (вступна, основна, заключна частини), описом засобів, параметрів дозування фізичного навантаження. 2. Підготувати опис матеріально-технічної бази практики, визначити її сильні та слабкі сторони. *Очікуваний результат:* письмовий звіт (5-6 сторінки) з описом інвентарю, обладнання, умов для занять та рекомендаціями щодо покращення. 3. Розробити та провести бесіду чи міні-лекцію на тему: «Здоровий спосіб життя та його значення для молоді». *Очікуваний результат:* текст виступу або презентація (12-15 слайдів) та відгук керівника чи слухачів про ефективність	Завантажується до СЕЗН ЗНУ. Глибоке розуміння і повнота розкриття теми, логічність і грамотне формулювання думок, наведення аргументів на користь висловлених тез, мовно-стилістична досконаліть, креативність, узагальнення, вираження авторського бачення Відмінно – 10 балів	**10**

	заходу. 4. Розробити методичні рекомендації для проведення фізкультурно-оздоровчих занять із використанням сучасних технологій (фітнес-трекери, онлайн-програми). *Очікуваний результат:* методичний матеріал (2-3 сторінки або буклет), у якому описано приклади використання технологій у практиці. 5. Розробити положення щодо проведення спортивно-масового заходу (наприклад, «День здоров'я» або турнір). *Очікуваний результат:* сценарій заходу (мета, завдання, етапи проведення, правила участі), фото/відеофіксація або відгуки учасників. 6. Провести опитування учасників занять щодо їхніх очікувань та задоволеності. *Очікуваний результат:* анкета (5-7 запитань), результати у вигляді діаграми/таблиці та короткий аналіз (1 сторінка). 7. Створити свій індивідуальний професійний портфоліо-проєкт для подачі на вакантну посаду у сфері фізичної культури і спорту. *Очікуваний результат:* електронний документ, що включає: ваші досягнення, уміння та навички, фото/відеоматеріали про вашу спортивну діяльність, відгуки керівника практики.	Добре – 5 балів Задовільно – 3 бали	
Характеристика від бази практики (форма затверджена на кафедрі ТМФКіС)	Приклад характеристики подано в СЕЗН ЗНУ. З печаткою бази практики (оригінал) здається на кафедру.	Завантажується до СЕЗН ЗНУ вчасно, до проведення заключної конференції	**5**
Усього за поточний контроль			**60**

Підсумковий контроль			
Оформлення звіту (відомості про виконання здобувачем освіти-практикантом усіх розділів програми практики та індивідуального завдання, висновки та позиції, список використаної літератури)	Зміст звіту: 1. Кількість проведених занять з яким віковим контингентом у якості помічника. 2. Кількість переглянутих занять, з яким віковим контингентом. 3. Перелік спортивно-масових заходів, у підготовці та проведенні яких практикант брав участь. 4. Виклад змісту виховної роботи, що була проведена студентом-практикантом упродовж практики. 5. Аналіз організації фізичного виховання бази практики (умови, матеріально-технічна база тощо). 6. Конкретні пропозиції щодо вдосконалення роботи бази практики (стисле обґрунтування, шляхи реалізації). 7. Самооцінка підготовленості студента до майбутньої практичної діяльності: підготовленість до практики, успіхи в оволодінні професійно-педагогічними навичками впродовж практики, недоліки	Завантажується до СЕЗН ЗНУ. Відповідно до вимог – 10 балів Із незначними недоліками – 6 балів Із суттєвими недоліками – 3 бали	**10**

	та труднощі. 8. Завдання щодо оволодіння професійною майстерністю на час подальшого навчання в університеті. 9. Зауваження та пропозиції щодо вдосконалення підготовки здобувачів до практики і в процесі практики (пройти опитування на сайті університету в СЕЗН ЗНУ за посиланням: https://surl.li/nipcmv).		
Оформлення щоденника практики (відповідність вимогам, логічність, повнота)	Індивідуальний план роботи на період проходження практики. Плани-конспекти 4 занять (різна вікова категорія – діти, дорослі). Один план-конспект самостійно розробленого і проведеного заняття. Положення про організацію фізкультурно-оздоровчого заходу. Педагогічна оцінка одного проведеного заняття або тренування та побудова фізіологічної кривої фізичного навантаження одного заняття. План-конспект однієї бесіди з патріотично-виховної та оздоровчо-виховної теми.	Завантажується до СЕЗН ЗНУ. Відповідно до вимог – 20 балів Із незначними недоліками – 15 балів Із суттєвими недоліками – 7 балів	**20**
Захист звіту з практики	Презентація результатів практики. Публічний виступ.	Завантажується до СЕЗН ЗНУ. Логічна структура виступу, послідовність і взаємозв'язок думок. Виступ доповнено презентацією з фото- і відеоматеріалами. Вичерпні, змістовні та аргументовані відповіді на запитання членів комісії.	**10**
Усього за підсумковий контроль			**40**

Шкала оцінювання ЗНУ: національна та ECTS

За шкалою ECTS	**За шкалою університету**	**За національною шкалою**	
		Екзамен	**Залік**
A	90 – 100 (відмінно)	5 (відмінно)	Зараховано
B	85 – 89 (дуже добре)	4 (добре)	
C	75 – 84 (добре)		
D	70 – 74 (задовільно)	3 (задовільно)	
E	60 – 69 (достатньо)		
FX	35 – 59 (незадовільно – з можливістю повторного складання)	2 (незадовільно)	Не зараховано
F	1 – 34 (незадовільно – з обов'язковим повторним курсом)		

2.6 Орієнтовна схема звіту про навчальну практику здобувача освіти-практиканта

1. Кількість проведених занять і з яким віковим контингентом у ролі помічника.
2. Кількість переглянутих занять, з яким віковим контингентом.
3. Перелік спортивно-масових заходів, змагань у підготовці та проведенні яких практикант брав участь.
4. Виклад змісту виховної роботи, що була проведена студентом-практикантом упродовж практики.
5. Аналіз організації фізичного виховання бази практики (умови, матеріально-технічна база тощо).
6. Конкретні пропозиції щодо вдосконалення роботи бази практики (стисле обґрунтування, шляхи реалізації).
7. Самооцінка підготовленості студента до майбутньої практичної діяльності: підготовленість до практики, успіхи в оволодінні професійно-педагогічними навичками впродовж практики, недоліки та труднощі.
8. Завдання щодо оволодіння професійною майстерністю на час подальшого навчання в університеті.
9. Зауваження та пропозиції щодо вдосконалення підготовки здобувачів до практики і в процесі практики (пройти опитування на сайті університету в СЕЗН ЗНУ за посиланням: https://surl.li/nipcmv).

2.7 Схема звіту керівника практики від факультету про підсумки навчальної практики здобувачів освіти-практикантів

1. Організація практики.

1. Строки проведення практики.
2. Кількість студентів, які вийшли на практику:
- не допущені до практики (вказати причини);
- які пройшли практику.

3. Розподіл студентів за базами практики (зазначити бази практики, кількість студентів у кожній групі, прізвища методистів і керівників від бази практики).

2. Підготовка студентів до практики.

1. Теоретична підготовка, тематика лекційних, практичних і семінарських занять, які за навчальним планом передували проведенню навчальної практики.
2. Проведення настановчої конференції: учасники, тематика виступів.

3. Зміст роботи студентів на базі практики.

Навчально-методична робота.

1. З ким проводилися заняття здобувачами освіти-практикантами.
2. Якісний аналіз роботи студентів:

а) рівень фахової теоретичної та методичної підготовки студентів на початок практики;

б) підготовка до проведення занять (ступінь самостійності в постановці завдань, підборі навчального матеріалу й виборі методів його реалізації; вміння складати конспект і методично правильно будувати заняття різного типу);

в) уміння користуватися методами навчання, методами наочності, спеціальною термінологією тощо;

г) уміння обирати раціональні способи спілкування з вихованцями, методи організації їх навчально-пізнавальної діяльності, підтримувати дисципліну, здійснювати індивідуальний підхід до навчання та виховання.

3. Кількість і якість самостійно проведених здобувачами освіти-практикантами занять.

4. Якість складання планової, облікової та звітної документації з конкретних розділів програми практики, своєчасність і правильність ведення всіх видів необхідної документації.

5. Уміння проводити психолого-педагогічні спостереження за різними аспектами професійної діяльності, аналізувати й оцінювати якість роботи своїх колег; вивчати, аналізувати й узагальнювати власний педагогічний досвід і досвід інших викладачів із метою вдосконалення своєї професійної підготовленості.

Виховна робота.

1. Основні напрями та форми виховної роботи з вихованцями, які проводили здобувачі освіти-практиканти в період практики.

2. Ступінь готовності студентів до виконання функцій інструктора, тренера-викладача.

3. Труднощі та недоліки в проведенні студентами виховної роботи.

4. Ставлення здобувачів освіти-практикантів до даного розділу практики.

5. Якість проведення профорієнтаційної роботи.

4. Керівництво, контроль і надання організаційно-методичної допомоги здобувачам освіти-практикантам.

1. Організація консультацій для студентів (в університеті, на базі практики).

2. Зміст і якість роботи методистів бригад і керівників від бази практики.

3. Відвідування бази практики методистами від факультету і занять посадовими особами бази практики з метою аналізу та оцінки роботи здобувачів освіти-практикантів, надання організаційно-методичної допомоги.

4. Збір груп відповідно бази практики на період практики (періодичність, обговорення питань).

5. Систематичність перевірки ведення здобувачами освіти-практикантами звітної документації.

5. Підсумки навчальної практики.

1. Загальна оцінка підготовленості студентів до виконання функцій фахівця з фізичної культури.

2. Оцінка за навчальну практику:

а) атестовано здобувачів освіти-практикантів _____ (указати відсоткове співвідношення оцінок різних категорій);

б) не атестовано _____ (указати ПІБ здобувачів освіти-практикантів і причини);

в) оголошено подяку та винесено догану _____ (указати ПІБ здобувачів освіти-практикантів).

Підпис керівника практики від факультету.

2.8 Залікова документація з навчальної практики

Залікова документація під час проходження навчальної практики:

1. Щоденник здобувача освіти-практиканта, де фіксується вся документація та щоденна робота на практиці.
2. Індивідуальний план роботи на період проходження практики.
3. Плани-конспекти 4 занять (різні вікові групи).
4. Один план-конспект самостійно розробленого і проведеного заняття.
5. Положення про організацію фізкультурно-оздоровчого заходу.
6. Педагогічна оцінка одного проведеного заняття або тренування та побудова фізіологічної кривої фізичного навантаження одного заняття.
7. План-конспект однієї бесіди з патріотично-виховної та оздоровчо-виховної теми.
8. Виконання індивідуального завдання.
9. Звіт про профорієнтаційну роботу.
10. Характеристика від бази практики.
11. Звіт здобувача освіти-практиканта про навчальну практику.

Здобувач вищої освіти у триденний термін після закінчення практики має надати керівникові практики від кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту письмовий звіт про проходження практики, заповнений щоденник практики, підписаний керівником від бази практики, характеристику. До письмового звіту додаються матеріали, визначені силабусом навчальної практики та індивідуальним планом проходження практики здобувача вищої освіти.

Не пізніше двох тижнів після закінчення практики на факультеті за участю здобувачів вищої освіти, керівників практики від кафедри і бази практики, членів комісії, завідувача кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту проводиться підсумкова конференція з метою аналізу й узагальнення результатів практики.

Присутність усіх здобувачів освіти-практикантів і методистів обов’язкова.

Методисти готують виступ, у якому висвітлюють підсумки проходження навчальної практики, її значення та пропозиції.

Здобувачі освіти-практиканти також готують індивідуальний звіт, який повинен мати такий зміст: обсяг фактично виконаної роботи за основними розділами програми практики і самооцінка якості його виконання; що викликало особливий інтерес у роботі, що вдалося краще і які труднощі виникали в роботі; які нові знання засвоєні, які фахові вміння та навички

набуті; висновки щодо організації практики, якості керівництва від бази практики та від університету; пропозиції щодо вдосконалення окремих аспектів організації практики.

2.9 Перелік питань, які виносяться на захист звіту з практики

1. Характеристика змісту виконаної роботи на практиці згідно з розділами програми практики.

2. Доповідь здобувача освіти-практиканта під час захисту звіту з практики. Відповіді на запитання членів комісії.

3. Пропозиції та висновки здобувача освіти-практиканта за результатами проходження практики.

4. Перелік результатів, досягнутих здобувачем освіти-практикантом під час проходження практики (сформованість компетентностей); перерахування навичок, що потребують подальшого вдосконалення.

Захист звіту з практики приймає комісія із трьох осіб, що призначається завідувачем кафедри.

Під час захисту визначається повнота і якість виконання програми практики, глибина фахових знань, рівень оволодіння здобувачем освіти практичними навичками самостійної роботи зі спеціальності.

Комісія враховує характеристику здобувача освіти-практиканта, надану керівником практики від бази практики.

Оцінка за захист звіту вноситься в заліково-екзаменаційну відомість керівником практики від кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту.

2.10 Академічна доброчесність при проходженні практики

Значна увага сьогодні приділяється академічній доброчесності, оскільки вона є запорукою високої якості освіти та науки, а також створює атмосферу довіри між усіма учасниками освітнього процесу. Академічна доброчесність базується на таких основних цінностях: чесності, довірі, справедливості, повазі та відповідальності. І здобувачі освіти-практиканти як учасники освітнього процесу повинні неухильно дотримуватися цих принципів на базі практики та під час оформлення звітної документації.

Відповідно до ст. 42. «Академічна доброчесність» Закону України «Про освіту» академічна доброчесність – це сукупність етичних принципів та визначених законом правил, якими мають керуватися учасники освітнього процесу під час навчання, викладання та провадження наукової (творчої) діяльності з метою забезпечення довіри до результатів навчання та/або наукових (творчих) досягнень.

Дотримання академічної доброчесності здобувачами освіти-практикантами передбачає:

- ✓ чесну та відповідальну поведінку на базі практики;
- ✓ повагу до чужої праці та її результатів;
- ✓ самостійне виконання змісту практики та індивідуальних завдань;
- ✓ дотримання етичних норм при зборі та обробці даних на базі практики;
- ✓ посилання на джерела інформації у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей при оформленні звітної документації;
- ✓ надання достовірної інформації про результати навчальної діяльності на базі практики.

Академічна доброчесність починається з доброчесної поведінки здобувача освіти на базі практики. Здобувач освіти повинен:

- ✓ дотримуватися етичних норм і правил, які діють на базі практики;
- ✓ виконувати всі завдання самостійно і чесно представляти результати у звітній документації;
- ✓ брати на себе відповідальність за свої дії та результати роботи на базі практики;
- ✓ правильно цитувати всі джерела інформації, які використовуються під час виконання індивідуального завдання та оформлення щоденника та звіту з практики.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Стратегія розвитку фізичної культури і спорту на період до 2028 року : Постанова Кабінету Міністрів України в ід 04.11.2020. № 1089. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1089-2020-п.

2. Методичні рекомендації до організації та проходження навчальної (педагогічної) практики для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра спеціальності 014 «Середня освіта» освітньо-професійної програми «Середня освіта (Фізична культура)» / уклад.: А. П. Конох, О. В. Соколова, В. О. Тищенко, Ю. О. Коваленко, Г. А. Омельяненко. Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2024 72 с.

3. Блог ЛІДЕР. URL: http://mofizkult-zp.blogspot.com.

4. Пиптюк П. Ф., Парій С. Б., Коваленко Ю. О. Анімація у фізичній культурі та спорті : конспект лекцій для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра спеціальності «Фізична культура та спорт» освітньо-професійних програм «Фізичне виховання» та «Спорт». Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2025. 83 с.

5. Професійна майстерність у фізичній культурі і спорті : навчальний посібник для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра спеціальності А7 «Фізична культура і спорт» освітньо-професійної програми «Фізичне виховання» / уклад.: Ю. О. Коваленко, В. О. Тищенко, А. А. Орлов. Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2025. 84 с.

6. Теорія і методика фізичного виховання: фізичне виховання різних верств населення : навчальний посібник для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра спеціальності А7 «Фізична культура і спорт» освітньо-професійної програми «Фізичне виховання» / уклад.: Ю. О. Коваленко, В. О. Тищенко, А. А. Орлов. Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2025. 107 с.

7. Товстоп’ятко Ф. Ф., Тищенко В. О., Парій С. Б., Орлов А. А. Філософія здоров’я та здорового способу життя : курс лекцій для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра спеціальності «Фізична культура і спорт» освітньо-професійної програми «Фізичне виховання». Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2025. 92 с.

8. Сторінка на сайті Державної наукової установи «Освітня галузь «Фізична культура»: поради, документи, досвід роботи». URL: http://surl.li/sbngec.

9. Telegram канал з оперативною інформацією про освітні. URL: https://t.me/ua_active_edu.

10. YuoTube канал UA_active з відео всеукраїнських семінарів і вебінарів марафону освітніх практик для вчителів і фахівців фізичної культури. URL: http://surl.li/vpljdi

ВИКОРИСТАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Довідник кваліфікаційних характеристик професій працівників сфери фізичної культури і спорту URL: https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v4080728-16#Text

2. Положення про організацію освітнього процесу в Запорізькому національному університеті : Затверджено Вченою радою Запорізького національного університету від 29.09.2015 р., протокол №3 зі змінами та доповненнями. Дата оновлення: 23.02.2021. URL: https://sites.znu.edu.ua/navchalnyj_viddil/normatyvna_basa/2021_polozhennya_pro_organ__zts__yu_osv__tn__ogo_protsesu_v_znu.pdf

3. Положення про практичну підготовку здобувачів вищої освіти Запорізького національного університету : Затверджено Вченою радою Запорізького національного університету від 03.10.2024 р., протокол № 2. URL: https://sites.znu.edu.ua/navchalnyj_viddil/normatyvna_basa/polozhennya_praktichna_p__dgotovka.pdf

4. Про вищу освіту : Закон України від 01.07.2014 р. №1556-VII. Дата оновлення: 01.01.2025. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1556-18#Text

5. Про затвердження Положення про проведення практики студентів вищих навчальних закладів України : наказ Міністерства освіти і науки України від 08.04.1993 р. № 93. Дата оновлення: 20.12.1994. URL: http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/z0035-93.2

6. Про освіту : Закон України від 05.09.2017 р. № 2145-VIII. Дата оновлення: 01.01.2025. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text

7. Спортивні загадки для дітей. URL: http://www.youtube.com/watch?v=8YSxvJg5LY8.

8. Кодекс академічної доброчесності Запорізького національного університету : затв. Вченою радою ЗНУ від 30.10.2018 протокол №2. URL: https://cutt.ly/CYGWgpD (дата звернення: 10.10.2025).

9. Сторінка на сайті Державної наукової установи «Освітня галузь «Фізична культура»: поради, документи, досвід роботи». URL: http://surl.li/sbngec.

10. Telegram канал з оперативною інформацією про освітні та інші події для вчителів. URL: https://t.me/ua_active_edu.

11. YuoTube канал UA_active з відео всеукраїнських семінарів і вебінарів марафону освітніх практик для вчителів і фахівців фізичної культури. URL: http://surl.li/vpljdi

12. Стратегія розвитку фізичної культури і спорту на період до 2028 року : Постанова Кабінету Міністрів України в ід 04.11.2020. № 1089. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1089-2020-п

ДОДАТОК А

ПРИКЛАД СХЕМИ ПЛАНУ-КОНСПЕКТУ ЗАНЯТТЯ

Тема :
Завдання :
Місце проведення :
Інвентар і обладнання:
Дата проведення:

№ з/п	НАЗВА СТРУКТУРНОГО КОМПОНЕНТА ЗАНЯТТЯ	Опис рухового завдання	Час виконання, хв
1	**ВСТУПНА – адаптаційна, 10-12%**		5-6
1.1	ОРГМОМЕНТ. Організаційні вправи-зв'язки, 102-105 уд/хв		
1.2	ЕНЕРДЖАЙЗЕРИ, ВПРАВИ НА УВАГУ ІГРОВОГО ЗМІСТУ + ДИХАЛЬНІ ВПРАВИ, 115-120 уд/хв		
2	**ПІДГОТОВЧА – пошукова, 38-40%**		
2.1	Ігровий стретчинг РОЗМИНКА З ФАНТАЗІЄЮ: ВПРАВИ СТРЕТЧИНГУ, 120-138 уд/хв		16-18
2.2	СЕНСОМОТОРНЕ ТРЕНУВАННЯ, 138-148 уд/хв ГРАЄМОСЯ - РОЗВИВАЄМОСЯ: КООРДИНАЦІЙНІ ВПРАВИ + ШВИДКІСНІ ВПРАВИ ІГРОВОГО ЗМІСТУ		
3	**ОСНОВНА – тренувальна, 38-40%**		22-23
3.1	КАРДІОТРЕНУВАННЯ, 148-168 уд/хв		16-18
3.2	ЗАКЛЮЧНА – мотиваційна, 10-12%		
3.3	КОРЕКЦІЙНА, РЕАБІЛІТАЦІЙНА, 168-135 уд/хв		
3.4	ОРГМОМЕНТ, 135-115 уд/хв		
3.5	РУХОВИЙ МАРАФОН: ВПРАВИ НА РОЗВИТОК СИЛОВОЇ ВИТРИВАЛОСТІ		10-11
4.	**ЗАКЛЮЧНА ЧАСТИНА**		6-7
4.1.	КОРЕКЦІЙНО-РЕАБІЛІТАЦІЙНИЙ ТРЕНІНГ		3-4
4.2.	РЕЛАКСАЦІЯ		1-2
4.3.	ОРГМОМЕНТ		1-2

ДОДАТОК Б

Зразок моделі змісту заняття за показниками ЧСС

ВСТУПНА = АДАПТАЦІЙНА, 10-12%	
ОРГАНІЗАЦІЙНІ ВПРАВИ-ЗВ'ЯЗКИ	ЧСС до 115 уд/хв
ЕНЕРДЖАЙЗЕРИ	ЧСС – 115-130 уд/хв
ПІДГОТОВЧА = ПОШУКОВА, 38-40%	
ІГРОВИЙ СТРЕТЧИНГ 4Х4	ЧСС – 130-156 уд/хв
СЕНСОМОТОРНЕ ТРЕНУВАННЯ	ЧСС – 156-168 уд/хв
ОСНОВНА = ТРЕНУВАЛЬНА, 38-40%	
КАРДІОТРЕНУВАННЯ	ЧСС – 168-179 уд/хв
ЗАКЛЮЧНА = МОТИВАЦІЙНА, 10-12%	
КОРЕКЦІЯ + РЕАБІЛІТАЦІЯ	ЧСС – 179-168 уд/хв
ОРГМОМЕНТ	ЧСС – 168-130 уд/хв

ДОДАТОК В

ПЕДАГОГІЧНА ОЦІНКА ЗАНЯТТЯ

1. МАКСИМАЛЬНА ОЦІНКА – 100 БАЛІВ
2. ПІБ хто проводив заняття:
3. Тема заняття:
4. Підрахуйте ККД заняття (заповніть таблицю):

ЗМІСТ ПОКАЗНИКІВ	ФАКТИЧНИЙ ПРОЯВ	БАЛИ
Як базові потреби учасників було задоволено? (10 балів)		
У русі		
У безпеці		
У самоактуалізації		
У пізнанні та розумінні		
У визнанні та любові		
Як завдання виконано? (10 балів)		
Як вимоги до сучасного заняття реалізовано? (20 балів)		
Забезпечення оптимізації навчально-тренувального процесу із використанням елементів інноваційних методів навчання		
Забезпечення освітньої, виховної, оздоровчої, розвивальної спрямованості навчально-тренувального процесу.		
Формування в умінь і навичок самостійно займатися фізичними вправами.		
Забезпечення диференційованого підходу до організації навчально-виховного процесу з урахуванням стану здоров'я, рівня фізичного розвитку, рухової підготовленості та статі вихованців, урахування мотивів та інтересів вихованців до занять фізичними вправами.		
Використання вчителем різноманітних організаційних форм, засобів, методів і прийомів навчання.		
Досягнення оптимальної рухової активності всіх учасників протягом кожного заняття з урахуванням стану здоров'я.		
Які здоров'язберігаючі технології було застосовано (20 балів)		
Кожний учасник мав можливість працювати в своєму темпі, ритмі, амплітуді.		
Поступове підвищення навантаження.		
Плавне зниження фізичного навантаження.		
Правильна фізіологічна крива. Кількість видів діяльності не перевищує восьми.		
Як зміцнювалося здоров'я учасників? (20 балів)		
Наявність кардіотренування.		
У межах індивідуального діапазону фітнес-зони.		
Упродовж 6 хв і більше.		
Доцільний зміст корекційно-реабілітаційного тренінгу в заключній частині заняття.		

Як формувалася культура здоров'я учасників? (10 балів)		
Вивчали комплекси вправ (методику, систему, технологію), які допоможуть …; стануть у пригоді в інших сферах життєдіяльності.		
Формували навички усвідомленої роботи з власним організмом … .		
Як накопичувався індекс здоров'я заняття? (10 балів)		
Вертикаль тулуба.		
Повага до прагнення кожного бути самодостатньою особистістю.		
Моторна щільність заняття 90%.		
Фахівець не домінував над учасниками процесу фізичного виховання		
Не закріплювали вміння та навички.		
Створювали умови для розширення досвіду учасників.		
Розвили руховий інтелект учасників.		
Вихованців не розподіляли, а поєднували в динамічні довільні групи.		

ВИСНОВОК:

- Загальна сума балів = ККД заняття = становить … .
- На занятті не реалізовано / не здійснено / не використовується / не впроваджено / … .
- Рекомендації.

Критерії оцінювання фрагменту заняття

Критерії	Показники	Кількість балів
Раціональність і оптимальність діяльності фахівця (20 балів)	Досягнення мети й очікуваних результатів заняття.	4
	Доцільність запропонованих етапів заняття для досягнення освітньої мети заняття.	4
	Відповідність методів, форм, прийомів освітньої роботи завданням заняття і змісту навчального матеріалу, їх оптимальне поєднання.	4
	Наявність завдань, пов'язаних із формуванням ключових і предметних компетентностей. Їх спрямованість на формування цілісності знань, цінностей і ставлень.	4
	Ступінь реалізації наскрізних змістових ліній.	4
Організація діяльності тих, хто займається (20 балів)	Активізація пізнавального інтересу учасників процесу фізичного виховання.	4
	Стимулювання самостійності та організація самостійної діяльності.	4
	Організація навчальної взаємодії та зворотного зв'язку.	4
	Володіння методами виявлення та врахування освітніх потреб тих, хто займається.	4
	Диференціація навчальних завдань.	4
Якість використаних освітніх матеріалів	Доступність та якість дидактичного матеріалу.	4
	Доступність та якість ілюстративного матеріалу.	4

(12 балів)	Доступність та якість інструктивного матеріалу.	4
Доцільність вибору цифрових технологій (8 балів)	Раціональність і доцільність мультимедійних технологій, електронних освітніх ресурсів.	4
	Раціональність і доцільність підібраних інтерактивних вправ.	4
Особистісні якості фахівця (12 балів)	Вільне володіння фаховими знаннями, навчальним матеріалом.	4
	Ступінь тактовності та демократичності під час онлайн-спілкування.	4
	Володіння державною мовою, дотримання культури мовлення тренера та вихованців.	4
РАЗОМ		**72**

ДОДАТОК Г

«ЯКІ ВОНИ – СУЧАСНІ ДІТИ»













ДОДАТОК Д

ПЕРЕЛІК СУЧАСНИХ ФІТНЕС-МЕТОДИК І ОЗДОРОВЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ

№ з/п	Назва	Посилання
1.	«9 СИЛ»	https://www.youtube.com/watch?v=8BO8FTnTMuE
2.	«ДИТЯЧІ ІГРИ» РОЛАНДАСА РАДВІЛИ.	https://www.youtube.com/watch?v=Iqn2C7yYCQE
3.	«П’ЯТЬ ТИБЕТЦІВ – ЕНЕРГЕТИЧНА ГІМНАСТИКА»	https://www.youtube.com/watch?v=S6AlHiWipZQ
4.	PARTNER EXERCISES FOR KIDS - LAS VEGAS MARTIAL ARTS CLASSES	https://www.youtube.com/watch?v=rx6tun8RvG8
5.	ВПРАВИ ДЛЯ МОЗКУ	https://econet.ru/articles/174673-11-uprazhneniy-dlya-mozga
6.	ВПРАВИ ДЛЯ ПРАВИЛЬНОЇ ПОСТАВИ ЗА 7 ХВИЛИН	https://medaboutme.ru/obraz-zhizni/publikacii/stati/fitnes/3_uprazhneniya_kotorye_sleduet_delat_ezhednevno/
7.	ГІМНАСТИКА РІВНОВАГИ	https://www.youtube.com/watch?v=aOUwX_9PiLc
8.	ДИХАЛЬНА ГІМНАСТИКА ОЛЕКСАНДРИ СТРЕЛЬНІКОВОЇ	https://www.youtube.com/watch?v=hqzqPzfdk4E
9.	КАРДІОТРЕНУВАННЯ ВДОМА	https://www.youtube.com/watch?v=rI0F2PanW5o
10.	МЕТОД «ПЛАНКА»	https://fitcurves.org/ua/blog/11-vidov-planki/
11.	МЕТОДИКА «CROSS-FIT»	https://www.youtube.com/watch?v=j2VyXzv7tRo
12.	МЕТОДИКА «ГІМНАСТИКА МОЗКУ» ДЕННІСОН	https://www.youtube.com/watch?v=EFZ172ewdKo
13.	МЕТОДИКА ТАБАТА	https://www.youtube.com/watch?v=K3nd2DltZnU
14.	МЕТОДИКА ТАНЦЮВАЛЬНО-РУХОВОЇ ТЕРАПІЇ ТЕТЯНИ ШКУРКО	https://www.youtube.com/watch?v=BJ4VwX3ezu0
15.	НЕСИМЕТРИЧНА ГІМНАСТИКА	https://vseosvita.ua/library/asymetrychna-himnastyka-na-urokakh-fizychnoi-kultury-ta-lfkpraktychni-vpravy-775697.html
16.	СИСТЕМА МИКОЛИ АМОСОВА	https://youtu.be/nvL4xrunaus?si=Iqpn_c9mWebLFo3-
17.	ТЕХНОЛОГІЯ СТАНІСЛАВА ЖУКОВА «БІЛОЯР»	https://naurok.com.ua/vikoristannya-ozdorovchih-tehnologiy-na-urokah-osnov-zdorov-ya-74889.html
18.	НАВЧАННЯ В РУСІ ОЛЕКСАНДРИ ДУБОГАЙ	http://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/723

ДОДАТОК Е

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ОРГАНІЗАЦІЇ РОБОТИ З ДІТЬМИ НОВОГО ПОКОЛІННЯМ

ШКОЛА РОЗУМНОГО РУХУ:

забути – правила дорослих / вчимося за правилами дітей;

забути – правильна техніка / раціональна техніка;

забути – підрахунок, свисток / серіями, періодами;

забути – балаканина / спілкування.

ЗАГАЛЬНІ МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ:

Потрібно змінити інструменти впливу, якнайбільше різних оздоровчих технологій.

Займіть дозвілля вихованців. Вони звикли до розваг.

Вони не бажають, щоб їх вчили.

Вони дуже люблять учитися.

Рухові завдання мають їх розважати та розвивати.

Допоможіть їм відчути себе частиною команди.

Необхідно чітко обумовлювати терміни, штрафи, бонуси.

Вони не можуть працювати без похвали, вона для них як пальне для паровоза.

Кількість видів діяльності – не більше 8.

Говоріть стисло, пишіть розгорнуто. 8 секунд = 25 слів.

Малюйте і використовуйте комікси.

Оцінювати на заняттях з фізичної культури антигуманно.

Відмовтесь від розчленованого навчання.

Фізична культура для мозку: відсутня схема, немає регламенту, інтрига проблеми.

На занятті дитина – лідер, автор.

Вправа повинна бути складною і красивою

Формуйте мікрогрупи по 3-4 особи.

Обирайте серед вихованців лідера. Лідер показує рух, усі інші за ним повторюють, а потім – заміна лідера.

Використовуйте навчальні картки. Картки готують діти.

4 вправи: 1 – 8-15 хв – сидячи, 2 – 8-15 хв – партер, 3 – стоячи на одному коліні, вправи стретчингу, 4 – стоячи, вправи на розтягування.

Якщо дитина сильна – «сама собі тренер», тренується самостійно; якщо лінується – разом зі всіма.

ПОРАДИ ЩОДО ФОРМУЛЮВАННЯ ЗАВДАНЬ ДЛЯ ПРЕДСТАВНИКІВ НОВОГО ПОКОЛІННЯ:

Що? Як? Навіщо? – мета.

Спілкування на рівних – я + дитина.

Без обмежень та жорстких рамок – креативно.

Лише терміни і штрафи – назва вправи.
Весело і з захопленням – настрій.
Завдання із навантаженням на розум як шарада – розумно.
Винагорода за кожний виконаний пункт – переможець.

ПРИНЦИПИ НАВЧАННЯ ДІТЕЙ НОВОГО ПОКОЛІННЯ:

– ліберально;
– емоційно;
– раціонально;
– інтерактивно;
– динамічно.

ІННОВАЦІЙНІ МЕТОДИ НАВЧАННЯ РУХІВ:

– «Рухова задачка»;
– «Піраміда»;
– «Бутерброд».

ДОДАТОК Ж

ФОРМА ЩОДЕННИКА ПРАКТИКИ

ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ЩОДЕННИК ПРАКТИКИ

_____

(вид і назва практики)

Студента _____

(прізвище, ім'я, по батькові)

_____

Факультет _____

Кафедра _____

Ступінь вищої освіти _____

Спеціальність _____

_____

Освітня програма _____

_____

Курс, група, форма здобуття освіти _____

Студент _____

(прізвище, ім'я, по батькові)

прибув на підприємство, організацію, установу

_____

(повна назва підприємства, організації, установи)

Печатка підприємства, організації, установи

« **»** _____ 20 року

_____ _____

(підпис) (посада, прізвище та ініціали відповідальної особи підприємства)

Вибув з підприємства, організації, установи

_____

(повна назва підприємства, організації, установи)

Печатка підприємства, організації, установи

« **»** _____ 20 року

_____ _____

(підпис) (посада, прізвище та ініціали відповідальної особи підприємства)

Індивідуальне завдання керівника практики від кафедри

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

Керівник практики від кафедри

_____ _____

(підпис) (прізвище та ініціали)

Основні положення практики

Студент до відбуття на практику отримує інструктаж керівника практики і:
- оформлює щоденник (посвідчення про відрядження);
- індивідуальне завдання з виробничої практики;
- направлення на практику (індивідуальне чи для групи);
- направлення на поселення в гуртожиток (у разі потреби).

Студент, що прибув на підприємство, надає керівникові від підприємства щоденник, проходить інструктаж із техніки безпеки й пожежної профілактики, ознайомлюється з робочим місцем, правилами експлуатації устаткування та уточнює план проходження практики.

Під час проходження практики студент зобов'язаний виконувати правила внутрішнього розпорядку підприємства.

Звіт про практику студент складає відповідно до календарного графіка проходження практики й додаткових вказівок керівників практики від кафедри та від підприємства.

Практика студента оцінюється за національною шкалою, 100-бальною шкалою та балом ECTS і враховується при призначенні стипендії нарівні з іншими дисциплінами навчального плану.

Правила ведення й оформлення щоденника

Щоденник – основний документ студента під час проходження практики.

Під час практики студент щодня записує в щоденник усі види робіт, що він зробив за день виконання календарного графіка проходження практики.

Не рідше як раз на тиждень студент подає щоденник на перевірку керівнику практики від кафедри.

Після закінчення практики щоденник разом зі звітом перевіряється керівниками практики, які складають відгуки й підписують його. Підпис керівника практики від підприємства скріплюється печаткою.

Оформлений щоденник разом зі звітом студент здає на кафедру.
Без заповненого щоденника практика не зараховується.

Календарний графік проходження практики

№ з/п	Дата	Назва робіт	Відмітка про виконання	Примітка
1.				

Керівник практики від кафедри **Керівник практики від підприємства, організації, установи**

(підпис) (прізвище та ініціали) (підпис) (прізвище та ініціали)

Робочі записи студента під час практики

Відгук і оцінка роботи студента з практики

(повна назва підприємства, організації, установи)

Керівник практики від підприємства, організації, установи

МП

20 р.

(підпис) (прізвище та ініціали)

Відгук осіб, які перевіряли проходження практики

Висновки керівника від кафедри про проходження практики

Дата складання заліку « » 20 року

Оцінка:

за національною шкалою

(словами)

кількість балів

(цифрами і словами)

за шкалою ECTS

Керівник практики від кафедри

(підпис) (прізвище та ініціали)

ДОДАТОК К

ПРОТОКОЛ

обліку пульсових даних (ЧСС) на занятті, проведеного студентом_____(ПІБ)
дата проведення_____
вихованець_____(ПІБ)

Пульс вихованця у стані спокою_____(уд/хв)

ЗАВДАННЯ заняття:

1. Навчити дітей техніки бігу на короткі дистанції.

2. Удосконалити техніку низького старту.

3. Виховувати фізичні якості: швидкість, виховання прагнення до перемоги.
ЧСС до уроку – 86 уд/хв

Зміст діяльності (зміст заняття)	Час підрахунку ЧСС (на якій хвилині уроку)	ЧСС за 10 секунд (кіл. ударів)	ЧСС за 1 хвилину (кіл. ударів)	Зміна ЧСС у відсотках по відношенню до початкової величини (%)
1.	8.01	15	90	4
2.	8.02	16	96	11
3.	8.03	17	102	18
4.	8.05	20	120	39
5.	8.10	25	150	74
6.	8.15	27	162	88
7.	8.25	31	186	116
8.	8.26	25	150	74
9.	8.30	33	198	130
10.	8.34	24	144	67
11.	8.35	20	120	39
12.	8.40	20	120	39
13.	8.45	19	114	32

ГРАФІК ЗМІН ЧСС _____
під час заняття_____(ПІБ вихованця)

Показники ЧСС за хвилину, уд/хв	**180**	
	170	
	160	
	150	
	140	
	130	
	120	
	110	
	100	
	90	
	80	
	70	
	60	
	50	
	40	
	30	
	20	
	10	
	0	
	час у хв	**До заняття 5 10 15 20 25 30 35 45**

Навчально-методичне видання
(*українською мовою*)

Укладачі:
Конох Анатолій Петрович
Тищенко Валерія Олексіївна
Коваленко Юлія Олексіївна
Соколова Ольга Валентинівна
Орлов Анатолій Анатолійович
Парій Світлана Борисівна

Методичні рекомендації до організації та проходження навчальної практики
для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра
спеціальності А7 «Фізична культура і спорт»
освітньої-професійної програми «Фізичне виховання»

Рецензент *М. В. Маліков*
Відповідальний за випуск *А. П. Конох*
Коректор *О. В. Соколова*