

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ І  
ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ

Кафедра фізичного виховання

“ЗАТВЕРДЖУЮ”  
Декан гуманітарно-педагогічного факультету, доц.  
Інна САВИЦЬКА  
“ 10 серпня ” 2022 р.



“СХВАЛЕНО”  
на засіданні кафедри фізичного виховання  
Протокол № 20 від 5.04 2022 р.  
завідувач кафедри фізичного виховання  
Микола КОСТЕНКО

”РОЗГЛЯНУТО”  
Гарант ОПІ  
«Фізична культура і спорт» (ОС «Бакалавр»),  
доцент кафедри фізичного виховання  
Сава БРИНЗАК

РОБОЧА ПРОГРАМА

НАВЧАЛЬНОЇ ПРАКТИКИ (ПРОПЕДЕВТИЧНОЇ)

спеціальність \_\_\_\_\_ 017 «Фізична культура і спорт» \_\_\_\_\_  
освітня програма \_\_\_\_\_ «Фізична культура і спорт» \_\_\_\_\_  
Факультет (ННІ) \_\_\_\_\_ Гуманітарно-педагогічний \_\_\_\_\_

Розробники: кандидат педагогічних наук, професор, професор кафедри  
фізичного виховання Путров Сергій Юрійович

## 1. Опис практики

### ОК 30. «НАВЧАЛЬНА ПРАКТИКА (ПРОПЕДЕВТИЧНА)»

Галузь знань, напрям підготовки, спеціальність, освітньо-кваліфікаційний рівень		
Освітній ступінь	<i>бакалавр</i>	
Галузь знань	<i>01 Освіта/Педагогіка</i>	
Спеціальність	<i>017 «Фізична культура і спорт»</i>	
Освітньо-професійна програма	<i>«Фізична культура і спорт»</i>	
Характеристика навчальної практики		
Вид	<i>Обов'язковий освітній компонент</i>	
Загальна кількість годин	<i>120</i>	
Кількість кредитів ECTS	<i>4</i>	
Кількість змістових модулів	<i>Не передбачено</i>	
Курсовий проект (робота) (за наявності)	<i>Не передбачено</i>	
Форма контролю	<i>Залік</i>	
Показники навчальної практики для денної та заочної форм навчання		
	<i>денна форма навчання</i>	<i>заочна форма навчання</i>
Рік підготовки (курс)	<i>Перший (1 курс)</i>	
Семестр	<i>другий</i>	
Лекційні заняття	<i>-</i>	<i>-</i>
Практичні, семінарські заняття	<i>120 год.</i>	<i>-</i>
Лабораторні заняття	<i>-</i>	<i>-</i>
Самостійна робота	<i>-</i>	<i>-</i>
Індивідуальні завдання	<i>-</i>	<i>-</i>
Кількість тижневих аудиторних годин для денної форми навчання: аудиторних	<i>6 год.</i>	

## МЕТА ТА ЗАВДАННЯ ПРАКТИКИ

**Навчальна практика (пропедевтична)** є невід'ємною важливою складовою практичної підготовки і є важливим етапом підготовки висококваліфікованих фахівців, оскільки формування компетентностей фахівця з фізичної культури і спорту здійснюється комплексно та системно впродовж всього періоду навчання у закладі вищої освіти.

Згідно з Законом України «Про вищу освіту» та галузевою складовою державного стандарту України з вищої освіти зі спеціальності 017 Фізична культура і спорт обов'язковим компонентом освітньо-професійної підготовки студентів закладів вищої освіти є практична підготовка.

Для студентів 1-го курсу галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 017 Фізична культура і спорт освітнього ступеня – Бакалавр згідно з навчальним планом передбачається проведення пропедевтичної практики у 2-му семестрі тривалістю 4 робочих тижні.

Пропедевтична практика у дитячо-юнацьких спортивних школах (училищах з підготовки олімпійського резерву, відділеннях шкіл вищої спортивної майстерності, спортивних клубах) є важливим етапом засвоєння професійного досвіду, а умови, максимально наближені до реальних, активізують самостійну діяльність студента під час виконання різноманітних навчально-виховних завдань.

**Метою навчальної пропедевтичної практики** є ознайомлення студентів з основними напрямками роботи дитячо-юнацьких спортивних шкіл (училищ з підготовки олімпійського резерву, відділень шкіл вищої спортивної майстерності, спортивних клубів), функціональними обов'язками посадових осіб навчального закладу, а також елементарними уявленнями про тренерсько-викладацьку діяльність і на цій основі формування інтересу до своєї майбутньої професії.

### **Завдання:**

- Ознайомити студентів із структурою дитячо-юнацьких спортивних шкіл (училищ з підготовки олімпійського резерву, відділень шкіл вищої спортивної майстерності, спортивних клубів) та посадовими обов'язками працівників.
  - Ознайомити студентів з матеріально-технічною базою дитячо-юнацьких спортивних шкіл (училищ з підготовки олімпійського резерву, відділень шкіл вищої спортивної майстерності, спортивних клубів).
  - Сформуванню уявлення про професію тренера-викладача.
  - Навчити студентів використовувати методи спостереження й аналізу навчально-тренувального та виховного процесу в дитячо-юнацьких спортивних школах (училищах з підготовки олімпійського резерву, відділеннях шкіл вищої спортивної майстерності, спортивних клубів).
  - Сформуванню творче ставлення до майбутньої професійної діяльності.

**НАВЧАЛЬНА ПРАКТИКА (ПРОПЕДЕВТИЧНА)  
ЗАБЕЗПЕЧУЄ ФОРМУВАННЯ РЯДУ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ:**

***загальні компетентності (ЗК)***

ЗК 1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.

ЗК 4. Здатність працювати в команді.

ЗК 5. Здатність планувати та управляти часом.

ЗК 9. Навички міжособистісної взаємодії.

ЗК 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

***фахові (спеціальні) компетентності (ФК):***

СК 1. Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.

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 14. Здатність до безперервного професійного розвитку.

***Програмні результати:***

РН 2. Спілкуватися українською та іноземною мовами у професійному середовищі, володіти фаховою термінологією та професійним дискурсом, дотримуватися етики ділового спілкування.

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

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

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

## **ОРГАНІЗАЦІЯ ПРАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ**

Загальну організацію, проведення і контроль практики забезпечує відділ практичної підготовки та кафедра фізичного виховання гуманітарно-педагогічного факультету.

Практика проводиться під керівництвом керівників практики.

Професійна практика бакалаврів спеціальності 017 Фізична культура і спорт триває протягом 4-х тижнів: на I курсі - у другому семестрі.

Тривалість робочого дня - 6 годин.

Програма курсу розрахована на 120 годин. Форми контролю: звітна документація студентів, залік.

## **МІСЦЕ ПРОХОДЖЕННЯ ПРАКТИКИ**

Проведення професійної практики здійснюється у дитячо-юнацьких спортивних школах (училищах з підготовки олімпійського резерву, відділеннях шкіл вищої спортивної майстерності, спортивних клубах), під керівництвом викладача.

Бази професійної практики:

1. Громадська організація спортивний клуб «Солом'янка», м. Київ, вул. Генерала Вістряка, буд. 10-а;
2. Громадська організація «Дитячо-юнацький центр Кіокушинкай карате», м. Київ пр. Глушкова 30, кв. 38;
3. Всеукраїнська громадська організація «Союз гирьового спорту» України, м. Київ, вул. Сім'ї Кульженків, 35/158;
4. Дитячо-юнацька спортивна школа №2, м. Київ, вул. Чеська, буд. 9.

## **ЗМІСТ ДІЯЛЬНОСТІ СТУДЕНТІВ-ПРАКТИКАНТІВ:**

- участь студентів у настановчій та підсумковій конференціях;
- складання індивідуального плану практики;
- ознайомлення зі структурою дитячо-юнацьких спортивних шкіл (училищ з підготовки олімпійського резерву, відділень шкіл вищої спортивної майстерності, спортивних клубів);
  - проведення бесіди з директором дитячо-юнацьких спортивних шкіл (училищ з підготовки олімпійського резерву, відділень шкіл вищої спортивної майстерності, спортивних клубів);
  - ознайомлення з плануванням та обліком роботи груп дитячо-юнацьких спортивних шкіл (училищ з підготовки олімпійського резерву, відділень шкіл вищої спортивної майстерності, спортивних клубів);
    - вивчення методів викладання тренувальної роботи в групах;
    - вивчення загального річного плану роботи груп;
    - підготовка звітної документації;
    - спостереження відкритих тренувальних занять, проведених тренерами з виду спорту, вивчення процесу підготовки до тренувального заняття;
    - проведення хронометражу тренувального заняття та аналіз показників загальної щільності заняття та моторної щільності заняття;
    - надання допомоги в організації та проведенні спортивних та фізкультурно-оздоровчих заходів під час практики;
    - проведення індивідуальних бесід із спортсменами випускних класів про спеціальність 017 фізична культура і спорт у НУБіП.

## **ФОРМИ ЗВІТНОСТІ СТУДЕНТА ПРО НАВЧАЛЬНУ ПРАКТИКУ (ПРОПЕДЕВТИЧНУ):**

- щоденник з проходження практики;
- індивідуальний план студента-практиканта;
- схема структури бази практики;
- 1 хронометраж занять з подальшим розрахунком загальної та моторної щільності тренувального заняття;
- характеристика роботи студента-практиканта;
- звіт про проходження навчальної практики (пропедевтичної);
- презентація про проходження навчальної практики (пропедевтичної).



## ОЦІНЮВАННЯ СТУДЕНТА-ПРАКТИКАНТА

Для визначення рейтингу здобувача з виконання програми пропедевтичної практики  $R_{пр.}$  (до 100 балів) одержаний рейтинг з заліку (атестації,  $R_{ат.}$ ) (до 30 балів) додається до рейтингу студента з навчальної роботи  $R_{н.р.}$  (до 70 балів):  $R_{пр.} = R_{н.р.} + R_{ат.}$

$$R_{НР} = \frac{0,7 \cdot (R_{ЗМ}^{(1)} + \dots + R_{ЗМ}^{(n)})}{n}$$

де  $R_{ЗМ}^{(1)}$ ,  $R_{ЗМ}^{(n)}$  – рейтингові оцінки із змістових модулів за 100-бальною шкалою;

$n$  – кількість змістових модулів.

Рейтинг здобувача вищої освіти з навчальної роботи округлюється до цілого числа.

### Розподіл балів, які отримують студенти

1 курс II семестр	
Оформлення щоденнику з проходження практики	10
Оформлення та виконання індивідуального плану студента-практиканта	10
Складання схеми структури бази практики	10
Складання 1 хронометражу з подальшим розрахунком загальної та моторної щільності тренувального заняття	10
Оформлення звіту про проходження практики	10
Оформлення презентації про проходження практики	20
<b>Всього за види діяльності (Рейтинг навчальної роботи - <math>R_{н.р.}</math>)</b>	<b>70</b>
<b>Всього за захист практики (Рейтинг підсумкової атестації – <math>R_{ат.}</math>)</b>	<b>30</b>
<b>Рейтингова оцінка навчальної практики (пропедевтичної)</b>	<b>100</b>

Підсумкова оцінка студенту-практиканту виставляється з урахуванням трьох основних критеріїв:

- виконання програми практики;
- ведення документації;
- оцінка професійних якостей.

Оцінювання знань студента відбувається за 100-бальною шкалою і проводиться в національній оцінці згідно з таблицею 1 «Положення про екзамени і заліки у НУБіП України» (наказ про уведення в дію від 27.12.2019 р. № 1371).

Підведення підсумків і захист практики проходить на засіданнях круглого столу за участю викладачів кафедри фізичного виховання та студентів. Організовується обговорення практики. Акцентується увага особливостях проходження практики, а також проблемах, що виникли під час її проходження.

Практика оцінюється за системою «зараховано», «не зараховано». Оцінка «не зараховано» ставиться у тому випадку, коли студент не виконав програму практики, не отримав позитивної характеристики, не виявив ініціативу, не представив звітної документації. Оцінювання практики відбувається відповідно до «Положення про екзамени та заліки у Національному університеті біоресурсів і природокористування України», нижче наведена таблиця оцінювання.

### **Шкала оцінювання студентів**

Оцінювання знань студента відбувається за 100-бальною шкалою і переводиться в національні оцінки згідно з табл. 1 «Положення про екзамени та заліки у НУБіП України» (наказ про уведення в дію від 27.12.2019 р. № 1371).

<b>Рейтинг здобувача вищої освіти, бали</b>	<b>Оцінка національна за результати складання екзаменів заліків</b>	
	<b>екзаменів</b>	<b>заліків</b>
90-100	відмінно	зараховано
74-89	добре	
60-73	задовільно	
0-59	незадовільно	не зараховано

## ПОЛІТИКА ОЦІНЮВАННЯ

<b><i>Політика щодо дедлайнів та перескладання:</i></b>	Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку. Перескладання модулів відбувається із дозволу викладача за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).
<b><i>Політика щодо академічної доброчесності:</i></b>	Роботи повинні бути оформлені згідно зразку та мати коректні текстові посилання на використану літературу
<b><i>Політика щодо відвідування:</i></b>	Відвідування занять є обов'язковим. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування) навчання може відбуватись індивідуально (в он-лайн формі за погодженням із деканом факультету)

## КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ НАВЧАЛЬНИХ ДОСЯГНЕНЬ СТУДЕНТІВ З ПРОХОДЖЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ПРАКТИКИ (ПРОПЕДЕВТИЧНОЇ)

1. Критерії оцінювання оформлення студентами-практикантами щоденнику з проходження практики, оцінюється до 10 балів:

Оцінка, в балах	Критерії оцінювання
9-10	Щоденник з проходження практики оформлений у відповідності до всіх вимог, його зміст повністю відображає результати виконання завдань практики.
7-8	Щоденник з проходження практики оформлений у відповідності до всіх вимог, його зміст достатньо відображає результати виконання основних завдань практики, за винятком окремих суттєвих неточностей та помилок.
5-6	Щоденник з проходження практики оформлений у відповідності до всіх вимог, його зміст не достатньо відображає результати виконання основних завдань практики.
1-4	Щоденник з проходження практики оформлений у відповідності до всіх вимог, його зміст наближено відображає результати виконання основних завдань практики. Можуть бути фактичні помилки чи незрозумілості, але вони не значні.

2. Критерії оцінювання оформлення та виконання індивідуального плану студента-практиканта, оцінюються до 10 балів:

Оцінка, в балах	Критерії оцінювання
9-10	Студент-практикант чітко дотримувався індивідуального графіка проходження практики, сумлінно та вчасно виконував усі рекомендації керівника, вчасно звітував про результати проходження відповідних етапів практики.
7-8	Студент-практикант у цілому дотримувався індивідуального графіка проходження практики, вчасно виконував усі рекомендації керівника, вчасно звітував про результати проходження відповідних етапів практики.
5-6	Студент-практикант частково дотримувався індивідуального графіка проходження практики. Допускав відступи від рекомендацій керівника, які вплинули на якість практики.
1-4	Студент-практикант не дотримувався індивідуального графіка проходження практики, порушував установлені терміни виконання завдань, наданих керівником.

3. Критерії оцінювання складання студентами-практикантами схеми структури бази практики, оцінюються до 10 балів:

Оцінка, в балах	Критерії оцінювання
9-10	Запропонована студентом-практикантом схема виконана в обсязі, що вимагається, оформлена грамотно, містить нову, сучасну інформацію з даного питання.
7-8	Запропонована студентом-практикантом схема викладена в обсязі, що вимагається, оформлена грамотно, містить фрагменти сучасної інформації. Естетичний вигляд дещо псує недостатньо чітка структура розміщення інформації.
5-6	Запропонована студентом-практикантом схема викладена в необхідному обсязі, оформлена грамотно, але містить певні недоліки у висвітленні питання, яке досліджувалось.
1-4	Можуть бути фактичні помилки чи незрозумілості, але вони не значні. Виклад матеріалу неточний. Обсяг схеми не відповідає вимогам.

4. Критерії оцінювання складання студентами-практикантами хронометражу з подальшим розрахунком загальної та моторної щільності тренувального заняття, оцінюються до 10 балів:

Оцінка, в балах	Критерії оцінювання
9-10	Оформлення хронометражу повністю відповідає вимогам. Хронометраж містить аналіз і аргументовані висновки.
7-8	Оформлення хронометражу повністю відповідає вимогам, але присутні незначні помилки. Хронометраж певною мірою містить аналіз та висновки.
5-6	Оформлення хронометражу повністю відповідає вимогам, але присутні суттєві помилки.
1-4	Оформлення хронометражу повністю не відповідає вимогам, допущені грубі помилки.

5. Критерії оцінювання оформлення студентами-практикантами звіту про проходження практики, оцінюється до 10 балів:

Оцінка, в балах	Критерії оцінювання
9-10	Звіт про проходження пропедевтичної практики оформлений у відповідності до всіх вимог, він містить всю необхідну інформацію і засвідчує, що програму відповідного етапу практики виконано повністю і на належному рівні.
7-8	Звіт про проходження пропедевтичної практики оформлений у відповідності до всіх вимог, його зміст засвідчує, що програму відповідного етапу практики виконано повністю і на належному рівні, але при цьому містить поодинокі незначні порушення вимог щодо його технічного оформлення
5-6	Звіт про проходження пропедевтичної практики оформлений у відповідності до всіх вимог, його зміст не достатньо відображає результати виконання основних завдань практики.
1-4	Звіт про проходження пропедевтичної практики оформлений у відповідності до всіх вимог, його зміст наближено відображає результати виконання основних завдань практики. Можуть бути фактичні помилки чи незрозумілості, але вони не значні.

6. Критерії оцінювання оформлення студентами-практикантами презентації про проходження практики, оцінюється до 20 балів:

Оцінка, в балах	Критерії оцінювання
17-20	У презентації відображено актуальність проходження даної практики, творчий підхід до поставлених задач. Під час аналізу-інтерпретації зроблені самостійні висновки, аргументація, висловлене власне ставлення до проходження даної практики. Присутні фото та відео з проходження практики у кількості, виправданій змістом презентації. Робота виконана творчо і самостійно. Презентація характеризується оригінальністю.
13-16	Загалом у презентації відображено зміст і власне ставлення до проходження даної практики. Презентація є досить інформативною. Прослідковується певна структура в розміщенні інформації. Естетичний вигляд дещо псує недостатньо чітка структура розміщення інформації. Присутні фото та відео з проходження практики.
9-12	Презентація сфокусована на актуальності проходження даної практики, але не повною мірою висвітлює її. Презентація без творчих знахідок. Відсутні фото та відео з проходження практики.
5-8	Презентація представляє інформацію структуровано у формі опорного конспекту. Зроблений акцент на важливих питаннях. Відсутні фото та відео з проходження практики.
1-4	Презентація сфокусована на актуальності проходження даної практики, але не висвітлює її. Наявна певна організаційна структура. Можуть бути фактичні помилки чи незрозумілості, але вони не значні. Відсутні фото та відео з проходження практики.

*Критерії оцінювання захисту пропедевтичної практики студентами.*

1. Критерії оцінювання захисту пропедевтичної практики студентами, оцінюються до 30 балів:

Оцінка, в балах	Критерії оцінювання
25-30	Всі завдання практики виконано в повному обсязі, студент проявив творчі вміння при складанні та оформленні робочої документації. Щоденник студента-практиканта, звіт, характеристику та інші документи подано у встановлений термін, підписи керівника від бази практики та університету завірені печаткою. У повному обсязі виконав програму практики. Студент-практикант демонструє належні знання, вільно орієнтується у програмі відповідного етапу практики в цілому, чим підтверджує її виконання; дає впевнені правильні й аргументовані відповіді на всі запитання з програми практики.
19-24	Студент-практикант орієнтується у програмі відповідного етапу практики в цілому, чим підтверджує її виконання. Виявляє достатні вміння та навички складання та оформлення робочої документації, яка подана у встановлений термін, підписи керівника від бази та університету завірені печаткою. Студент-практикант дає правильні й аргументовані відповіді на всі запитання з програми практики, але з незначними помилками. Програма практики виконана в повному обсязі.
13-18	Під час захисту студент-практикант демонструє достатні знання. Програма практики виконана в повному обсязі. Звітна документація оформлена з незначними помилками.
7-12	Під час захисту студент-практикант демонструє належні знання, переважно орієнтується у програмі практики, допускаючи у відповідях на запитання окремі огріхи та неточності. Програма практики виконана в повному обсязі. Звітна документація оформлена з помилками, відсутні підписи керівника від бази практики та університету завірені печаткою.
1-6	Під час захисту студент-практикант не дає задовільних відповідей по суті, не орієнтується у програмі відповідного етапу практики або припускається грубих помилок, які свідчать про неналежне виконання програми практики. Звітна документація оформлена з грубими помилками, відсутні підписи керівника від бази практики та університету завірені печаткою. Відсутній щоденник та характеристика.

## РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА

### Основна література

1. Ареф'єв В. Г., Михайлова Н. Д. Самостійна робота студентів під час педагогічної практики [текст] методичний посібник для студентів факультетів фізичного виховання 4-те вид. перероб. і доп.. Київ: Центр учбової літератури, 2015. 120 с.
2. Воробйов М. І., Круцевич Т. Ю Практика в системі фізкультурної освіти. Київ: НУФВСУ, вид-во «Олімп. л-ра», 2014. 192 с.
3. «Положення про екзамени і заліки у НУБіП України» (наказ про уведення в дію від 27.12.2019 р. № 1371).
4. «Положення про практичну підготовку студентів НУБіП України» (від 12.04.2016 р.).

### Додаткова література

1. Платонов В.М. Періодизація спортивного тренування. Загальна теорія і її практичне застосування. Київ.: Олімпійська література, 2013. 624 с.
2. Сергієнко В. М. Теорія та методика дитячого і юнацького спорту: підручник. Київ: Кондор, 2016. 542 с.



# ДОДАТКИ

Додаток А

ТИТУЛЬНА СТОРІНКА ДОКУМЕНТАЦІЇ З ПРАКТИКИ

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ І

ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ

Гуманітарно-педагогічний факультет

Кафедра фізичного виховання

ДОКУМЕНТАЦІЯ З НАВЧАЛЬНОЇ ПРАКТИКИ (ПРОПЕДЕВТИЧНОЇ)

студента \_\_\_\_\_

(прізвище, ім'я, по батькові)

здобувача вищої освіти *першого (бакалаврського) рівня*

спеціальність *017 «Фізична культура і спорт»*

(шифр і назва спеціальності)

освітньо-професійна програма *«Фізична культура і спорт»*

(назва освітньо-професійної програми)

\_\_\_\_\_

(курс, група)

керівник практики \_\_\_\_\_

(вчене звання, посада, прізвище, ім'я, по батькові)

термін практики з \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

Київ – 20 \_\_\_\_\_

**ЩОДЕННИК З ПРАКТИКИ**

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ І  
ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ

**ЩОДЕННИК**

з навчальної практики (пропедевтичної)

студента \_\_\_\_\_

(Прізвище, ім'я, по батькові)

Факультет \_\_\_\_\_

Кафедра \_\_\_\_\_

освітньо-кваліфікаційний рівень \_\_\_\_\_

спеціальність \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ курс, група \_\_\_\_\_

Студент \_\_\_\_\_

(Прізвище, ім'я, по батькові)

направляється на навчальну практику (пропедевтичну)

до \_\_\_\_\_

(Назва закладу – бази практики, адреса)

---

Термін проведення практики:

з „\_\_\_” \_\_\_\_\_ 20\_\_\_ р. по „\_\_\_” \_\_\_\_\_ 20\_\_\_ р.

Керівники практики:

\_\_\_\_\_  
(прізвище, ім'я, по батькові, посада)

\_\_\_\_\_  
(прізвище, ім'я, по батькові, посада)

Студент прибув до закладу – бази практики

„\_\_\_” \_\_\_\_\_ 20\_\_\_ р.

Директор закладу

(бази практики)

\_\_\_\_\_  
(Підпис)

\_\_\_\_\_  
(Прізвище, ім'я, по батькові)

МП

Вибув із закладу – бази практики

„\_\_\_” \_\_\_\_\_ 20\_\_\_ р.

Директор закладу

(бази практики)

\_\_\_\_\_  
(Підпис)

\_\_\_\_\_  
(Прізвище, ім'я, по батькові)

МП

## 1. Організація практики

Настановча конференція з пропедевтичної практики відбудеться

„\_\_\_” \_\_\_\_\_ 20\_\_\_ р.

Звітна конференція з пропедевтичної практики відбудеться

„\_\_\_” \_\_\_\_\_ 20\_\_\_ р.

1.1. Студент, прибувши до бази практики, повинен подати керівникові практики щоденник, пройти інструктаж з правил внутрішнього розпорядку закладу, техніки безпеки, уточнити план проходження практики, отримати завдання для проведення навчально-виховної та науково-дослідної роботи.

1.2. Під час проходження практики студент зобов'язаний:

– суворо додержуватися правил внутрішнього розпорядку закладу – бази практики, студент може бути відсутнім лише з дозволу керівників практики;

– сумлінно виконувати завдання практики, передбачені програмою;

– виявляти високу відповідальність, старанність, творчу ініціативу, наполегливість, організованість, дисциплінованість, педагогічний такт і гуманність;

– систематично вносити записи до щоденника з практики та своєчасно подавати на перевірку необхідну документацію.

1.3. Наприкінці практики студент звітує про виконання програми пропедевтичної практики та подає до фахової кафедри необхідну звітну документацію.

1.4. Підсумки пропедевтичної практики підбиваються на звітній конференції. Оцінювання результатів практики є диференційованим і враховується під час призначення стипендії.

1.5. Студенту, який не виконав програму практики без поважних причин, отримав негативний відгук про виконану роботу або не набрав достатню кількість балів, може бути надано право проходження практики повторно при виконанні умов, визначених фаховою кафедрою. Студент, який востаннє отримав негативну оцінку з практики, відраховується з університету.



### 3. Перелік звітної документації студента-практиканта

№	Форми звітності студента-практиканта	Кількість балів
1	Щоденник з проходження практики;	
2	Індивідуальний план студента-практиканта;	
3	Схема структури бази практики;	
4	1 хронометраж з подальшим розрахунком загальної та моторної щільності тренувального заняття;	
5	Звіт про проходження пропедевтичної практики;	
6	Презентація про проходження пропедевтичної практики.	

#### 4. Календарний графік проходження практики

№ з./п	Назви робіт	Тижні проходження практики				Відмітки про виконання
		1	2	3	4	
1	2	3	4	5	6	7
1	участь у настановчій конференції					
2	складання індивідуального плану практики					
3	ознайомлення зі структурою дитячо-юнацької спортивної школи					
4	проведення бесіди з директором дитячо-юнацької спортивної школи					
5	ознайомлення з плануванням та обліком роботи груп дитячо-юнацької спортивної школи					
6	вивчення методів викладання тренувальної роботи в групах					
7	вивчення загального річного плану роботи груп					
8	підготовка звітної документації					
9	спостереження тренувальних занять, проведених тренерами з виду спорту, вивчення процесу підготовки до тренувального заняття					
10	спостереження тренувальних занять, проведених тренерами з виду спорту, вивчення процесу підготовки до тренувального заняття					
11	спостереження тренувальних занять, проведених тренерами з виду спорту, вивчення процесу підготовки до тренувального заняття					
12	спостереження тренувальних занять, проведених тренерами з виду спорту, вивчення процесу підготовки до тренувального заняття					
13	проведення хронометражу тренувального заняття та аналіз показників загальної щільності заняття та моторної щільності заняття					
14	надання допомоги в організації та проведенні спортивних та фізкультурно-оздоровчих заходів під час практики					
15	проведення індивідуальних бесід із спортсменами випускних класів про спеціальність 017 фізична культура і спорт у НУБіП					
16	консультація з керівником практики					
17	опрацювання науково-методичної літератури					
18	підготовка звітної документації					
19	консультація з керівником практики					
20	участь у підсумковій конференції					

Керівники практики:

від університету \_\_\_\_\_  
(Підпис) (Прізвище та ініціали)

від бази практики \_\_\_\_\_  
(Підпис) (Прізвище та ініціали)









## 9. Висновок керівників практики від університету про проходження практики

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Оцінка:

за національною шкалою \_\_\_\_\_

кількість балів за 100 бальною шкалою \_\_\_\_\_ за шкалою ECTS \_\_\_\_\_

Керівники практики від університету:

\_\_\_\_\_  
(підпис) (Прізвище, ініціали)

\_\_\_\_\_  
(підпис) (Прізвище, ініціали)

### Правила ведення й оформлення щоденника

1. Щоденник – основний документ студента під час проходження пропедевтичної практики.
2. Під час практики студент щодня коротко записує в щоденнику що зроблено ним для виконання календарного графіка проходження практики.
3. Не рідше як раз на тиждень студент зобов'язаний подавати щоденник керівникам практики від університету та від бази практики, які перевіряють записи студента й підписують їх, вносять письмові зауваження та додаткові завдання.
4. Після закінчення практики щоденник переглядається керівниками практики, відповідним чином затверджується та передається на кафедру.
5. Без заповненого і затвердженого щоденника практика не зараховується.
6. Щоденник зберігається на кафедрі протягом трьох років.



	заняття																			
14	надання допомоги в організації та проведенні спортивних та фізкультурно-оздоровчих заходів під час практики																			
15	проведення індивідуальних бесід із спортсменами випускних класів про спеціальність 017 фізична культура і спорт у НУБіП																			
16	консультація з керівником практики																			
17	опрацювання науково-методичної літератури																			
18	підготовка звітної документації																			
19	консультація з керівником практики																			
20	участь у підсумковій конференції																			

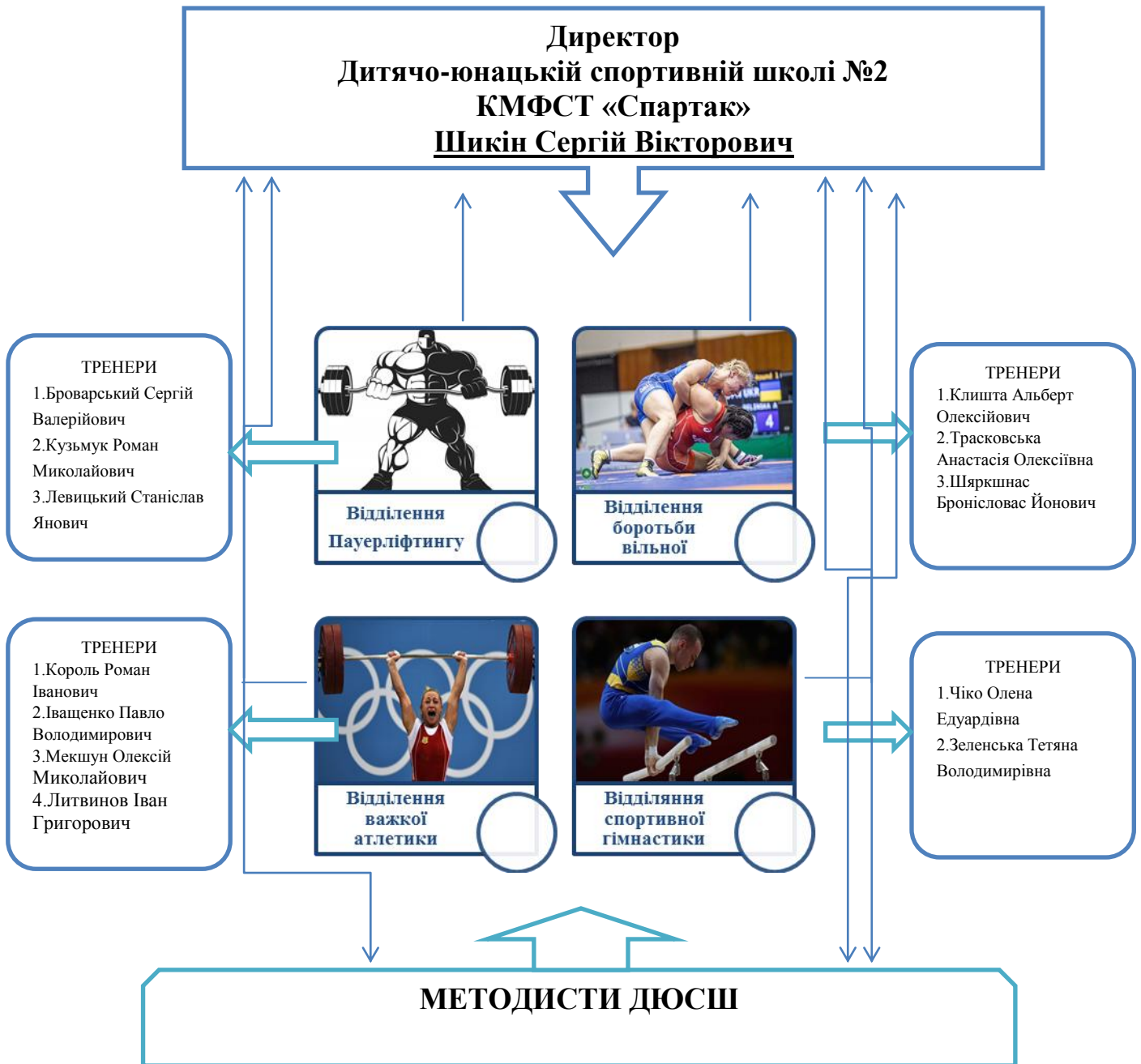
\_\_\_\_\_

(підпис)

\_\_\_\_\_

(Прізвище, ініціали)

**СХЕМА СТРУКТУРИ БАЗИ ПРАКТИКИ**



**Протокол хронометражних спостережень**Прізвище, ім'я Коршак СашаВік 17 роківДата 03.03.2021Тренування з гирьового спорту

Задачі тренування:

1. Ознайомлення з елементами техніки силового жонглювання.
2. Сприяти розвитку загальної і силової витривалості.

**Визначення моторної щільності**

Початок заняття	Підготовча частина	Основна частина	Заключна частина	Кінець заняття
16:00	20хв	60хв	40хв	18:00
Час, затрачений на вислуховування пояснень, очікування своєї черги 40 хв				

Тривалість заняття (ТЗ) 120 хвЧас, затрачений на виконання вправ, рухів, раціональний час (РЧ) 80 хв

Час, затрачений на вислуховування пояснень, очікування своєї черги 32 хв

Моторна щільність (МЩ)  $МЩ = РЧ * 100 / ТЗ$  $МЩ = 80 : 120 * 100 = 67\%$ **Визначення загальної щільності**

	Час
початок заняття	16:00
пояснення і роз'яснення	10
показ дій	9
вказівки	3
зауваження	7
допоміжні дії (шикування і перешикування дітей, роздача і збирання атрибутів, установка й прибирання обладнання)	8
Виконання вправ	80
кінець заняття	18:00

 $ЗЩ = 117 : 120 * 100 = 98\%$ 

Виконав \_\_\_\_\_

Хронометраж тренувального заняття проводиться з метою визначення ефективності побудови та проведення тренувального заняття з дослідженням загальної та моторної щільності тренування. Визначення загальної та моторної щільності тренувального заняття дозволяє визначити інтенсивні виконання тренувальної роботи та експериментально встановити швидкість проходження відновлювальних процесів після тренування.

Хронометраж тренувального заняття відбувається на прикладі одного спортсмена, з урахуванням вікових показників. Для більш зручного та об'єктивного проведення хронометраж навчально-тренувального заняття проводиться двома студентами-практикантами, один фіксує час, другий робить записи у протоколі.

**Загальна щільність** має бути доведена до 100%, тоді можна бути впевненим, що ті, хто займаються весь час були під наглядом тренера. Загальна щільність тренування – це відношення педагогічно виправданих (раціональних) витрат часу до загального часу заняття, яке виражається у відсотках. Вона включає в себе і моторну щільність, і час, який було витрачено на пояснення та показ тренером фізичних вправ, та інші організаційні питання.

Загальну щільність заняття обчислюють, маючи дані про корисний час і тривалість заняття, за формулою:

*педагогічно виправданий  
час заняття*

*-----x 100 = відсоток загальної щільності  
заняття тривалість заняття*

Педагогічно виправданим є час, відведений педагогічним працівником на пояснення і роз'яснення, показ дій, вказівки, зауваження, заохочення, оцінки, допоміжні дії (шикування і перешикування дітей, роздача і збирання атрибутів, установка й прибирання обладнання), безпосереднє виконання вправ дітьми тощо. Натомість час, витрачений на розмови з колегами, недоцільні пояснення та повчання, довгі бесіди, аналіз дій і поведінки дітей, довготривале очікування ними своєї черги під час виконання вправ чи підготовки місця заняття,



фізкультурного обладнання та спортивного інвентарю, зайві перешикування, повороти тощо, є педагогічно невиправданим і при визначенні загальної щільності занять не враховується.

**Моторна щільність** – це виражене у відсотках відношення часу, який було витрачено тільки на виконання фізичних вправ, до загального часу тренування. Моторна щільність ніколи не повинна сягати 100%. Це може призвести до перенавантаження та погіршення стану здоров'я, до погіршення спортивних результатів (у спортсменів). Чим більше моторна щільність тренування, тим більшим буде її фізіологічний вплив на організм тих, хто займається. При правильній організації тренувального заняття цей параметр в середньому дорівнює 60-70%. Його можна значно підвищити за рахунок скорочення простою або пасивного відпочинку, за умов заміни активним відпочинком та використанням принципу переключення з однієї роботи на іншу. При цьому слід пам'ятати, що при насиченості основної частини тренування інтенсивними, складнокоординаційними вправами недоцільно прагнути підвищення щільності заняття.

Моторну щільність заняття визначають за допомогою методу індивідуального хронометражу, її обчислюють, маючи дані про час, який спортсмен витратив безпосередньо на виконання вправ, та тривалість заняття, за формулою:

$$\frac{\text{час, витрачений безпосередньо на виконання вправ}}{\text{тривалість заняття}} \times 100 = \text{відсоток моторної щільності заняття}$$

## **ЗВІТ ПРО ПРОХОДЖЕННЯ ПРОПЕДЕВТИЧНОЇ ПРАКТИКИ**

Я, Грибовський Павло Олександрович студент Національного Університету біоресурсів і природокористування України, Гуманітарно-педагогічного факультету з 1 березня по 19 березня 2021 року проходив пропедектичну практику в Дитячо-юнацькій спортивній школі МКФСТ «Спартак» №2.

За час проходження практики спільно з керівником склав індивідуальний план, якого і дотримувався на протязі всієї практики.

В період пропедевтичної практики ознайомився зі структурою дитячо-юнацької спортивної школи МКФСТ «Спартак» №2, у підсумку склавши схему бази практики.

Також під час проходження практики мав можливість провести бесіду з директором дитячо-юнацької спортивної школи, який ознайомив мене з плануванням та обліком роботи груп.

Впродовж практики було проведено спостереження відкритих тренувальних занять, проведених тренерами, вивчення процесу підготовки до тренувального заняття та вивчення методів викладання тренувальної роботи в групах.

Під час практики було складено хронометраж та аналіз показників загальної щільності заняття та моторної щільності занять.

Взяв участь у організації та проведенні змагань з гирьового спорту.

За час проходження пропедевтичної практики труднощів не виникло.

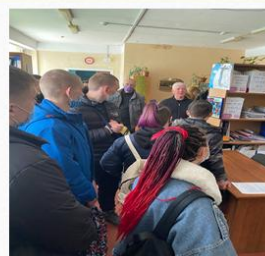
# ПРЕЗЕНТАЦІЯ ПРО ПРОХОДЖЕННЯ ПРОПЕДЕВТИЧНОЇ ПРАКТИКИ



Брала участь у настановчій конференції



Ознайомлення зі структурою дитячо-юнацької спортивної школи №2 КМФСТ «Спартак» та проведення бесіди з директором ДЮСШ



## Консультація з керівниками практики



## Проводила хронометраж тренувального заняття та аналіз показників загальної та моторної щільності заняття



## Спостерігала за відкритими тренувальними заняттями з гирьового виду спорту



## Допомагала в організації та проведенні спортивних та фізкультурно-оздоровчих заходів під час практики



## Висновок

Зміст практичної роботи полягав у ознайомленні з тренерською викладацькою діяльністю. Під час практики я навчився складати хронометражі занять з розрахунком загальної і моторної щільності тренувального заняття, спостерігала за проведенням тренувань.

- Більш детально познайомився з тренерською.
- Склала схему структури спортивної школи та індивідуальний план, якого дотримувалась в подальшому проходженні практики.
- Під час практики не виникло ніяких труднощів. Я детально ознайомився з професією, дізнався багато корисної інформації, особливо сподобалося проводити хронометражі тренувальних занять та спостерігати за тренувальним процесом.
- На мою думку, практика пройшла успішно.