

**Учреждение образования  
«Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина»**

**Кафедра спортивных дисциплин и методик их преподавания**

# **ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА**

Рабочая тетрадь  
для студентов IV курса  
дневной формы получения образования  
факультета физического воспитания

Брест, 20\_\_

**УДК 378(072)**

**ББК 74.58**

*Рекомендовано редакционно-издательским советом  
учреждения образования  
«Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина»*

*Авторы-составители*

**В. Г. Беспутчик**

**Л. В. Шукевич**

**С. К. Якубович**

**Производственная педагогическая практика:** рабочая тетрадь для студентов IV курса дневной формы получения образования факультета физического воспитания / [авторы-сост. В. Г. Беспутчик, Л. В. Шукевич, С. К. Якубович]; Брест. гос. ун-т им. А.С. Пушкина, каф. спортивных дисциплин и методик их преподавания. – Брест: БрГУ, 2020. – 112 с.

Рабочая тетрадь производственной педагогической практики составлена на основе программы, методических указаний и рекомендаций в помощь студенту-практиканту по проведению производственной педагогической практики и оформлению документации.

Предназначена для факультетских и групповых руководителей, студентов IV курса факультета физического воспитания дневной формы получения образования (специальность 1 – 03 02 01 «Физическая культура»).

**УДК 378(072)**

**ББК 74.58**

© БрГУ имени А.С. Пушкина, 2020

# РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ

Студента \_\_\_\_\_ группы \_\_\_\_\_  
(Ф.И.О.)

Общеобразовательное учреждение \_\_\_\_\_

Директор общеобразовательного учреждения \_\_\_\_\_

Адрес общеобразовательного учреждения \_\_\_\_\_

Телефон директора \_\_\_\_\_

Сроки практики: с \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. по \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Групповой руководитель \_\_\_\_\_

Учитель физической культуры и здоровья \_\_\_\_\_

Телефон учителя физической культуры и здоровья \_\_\_\_\_

## СОДЕРЖАНИЕ

Памятка студенту-практиканту .....	5
<b>Программный материал на первую неделю</b> .....	<b>9</b>
Курсовое собрание .....	10
Сведения об общеобразовательном учреждении и прикрепленных классах .....	11
Расписание учебных занятий прикрепленных классов и секции (факультатива) .....	12
Планы-графики учебного процесса на учебный год .....	13
Календарно-тематические планы на четверть .....	17
План-график учебно-тренировочных занятий в спортивной секции .....	21
Педагогическое наблюдение за подготовкой и проведением урока физической культуры и здоровья .....	23
Планы-конспекты уроков физической культуры и здоровья .....	25
План-конспект учебно-тренировочного занятия .....	33
<b>Программный материал на вторую неделю</b> .....	<b>35</b>
Планы-конспекты уроков физической культуры и здоровья .....	36
План-конспект учебно-тренировочного занятия .....	48
Педагогический анализ урока физической культуры и здоровья .....	50
Протокол хронометрирования урока физической культуры и здоровья .....	51
План и содержание беседы об обеспечении безопасности занятий физическими упражнениями .....	53
<b>Программный материал на третью неделю</b> .....	<b>54</b>
Планы-конспекты уроков физической культуры и здоровья .....	55
План-конспект учебно-тренировочного занятия .....	67
Протокол учета пульсовых данных учащегося на уроке физической культуры и здоровья .....	69
График изменения ЧСС учащегося на уроке физической культуры и здоровья .....	70
План и содержание беседы о здоровом образе жизни .....	71
<b>Программный материал на четвертую неделю</b> .....	<b>72</b>
Планы-конспекты уроков физической культуры и здоровья .....	73
План-конспект учебно-тренировочного занятия .....	85
Сценарий спортивно-массового мероприятия .....	87
Приложение 1. Правила выполнения тестов для оценки физической подготовленности населения Республики Беларусь .....	88
Приложение 2. Инструктивно-методическое письмо Министерства образования Республики Беларусь .....	91
Приложение 3. Инструкция о порядке и особенностях прохождения практики студентами, которым после завершения обучения присваиваются педагогические квалификации .....	101
Итоговый отчет по производственной педагогической практике в общеобразовательном учреждении .....	103
Отчет по производственной педагогической практике в общеобразовательном учреждении .....	104
Характеристика и итоговая ведомость производственной педагогической практики в общеобразовательном учреждении .....	107
Протокол исследования физического развития и тестирования физической подготовленности .....	108

## ПАМЯТКА СТУДЕНТУ-ПРАКТИКАНТУ

1. На курсовом собрании получить у группового руководителя практики следующие документы: **направление на практику, договоры возмездного оказания услуг, акты приемки выполненных работ.**

Студентам, направленным в учреждения образования г. Бреста, совместно с групповыми руководителями **заключить договоры в двух экземплярах** с учителями физической культуры и здоровья и классными руководителями в течение пяти дней с начала практики. К договору прилагаются копия **договора банковского карт-счета (при отсутствии договора карт-счета – заявление на имя ректора с указанием банковского счета)** и копия **страхового свидетельства государственного социального страхования.**

Иногородним студентам указанные документы, оформленные по установленным требованиям, необходимо **представить лично групповому руководителю на установочной конференции.** При невозможности явиться на конференцию по уважительным причинам документы выслать по почте.

Непредставление студентом даже одного из указанных документов, оформление документов с нарушением установленных требований, нарушение сроков представления документов являются основанием для направления иногородних студентов в учреждения образования г. Бреста.

2. После курсового собрания приобрести **рабочую тетрадь по производственной педагогической практике** (далее – по практике). В библиотеке университета взять **программу по практике** (методическое пособие).

3. Иногородним студентам за три недели до начала практики представить лично или выслать по почте в университет на имя декана **гарантийное письмо** от учреждения образования, на базе которого будет проходить практика. **Пример письма:** *Администрация название учреждения гарантирует прохождение педагогической практики по специальности «Физическая культура» студентом 4-го курса Ф.И.О. группы \_\_\_\_\_ факультета физического воспитания. Учреждение обеспечит необходимые условия для выполнения программы практики. Руководство практикой студента (студентов) будет осуществлять учитель (учителя) \_\_\_\_\_ категории Ф.И.О.*

**Примечание:** для руководства практикой студентов должны назначаться учителя высшей и первой категории. При отсутствии в учебном заведении работников данных категорий, в порядке исключения назначаются учителя второй категории.

4. В первый день практики явиться в учебное заведение и представить директору, а в его отсутствие заместителю директора по учебной работе **направление на практику, договоры возмездного оказания услуг и акты приемки выполненных работ** (иногородним студентам – **направление на практику и акты приемки выполненных работ**) с пояснением правил их оформления.

5. Принять участие в совместном заседании учителей физической культуры, директора учреждения и (или) заместителя директора по учебной работе, где ознакомить присутствующих с содержанием программы практики и необходимыми для ее выполнения условиями. В соответствии с программой практики, за вами должны закрепить **два класса – один средний и один старший**. В одном из них проводится работа в качестве классного руководителя.

6. При составлении годового и четвертного (поурочного) планов-графиков учебного процесса начинайте планировать с раздела «Основы видов спорта» (умения и навыки).

В годовом плане-графике порядковыми номерами указывайте уроки, на которых изучаются разделы и темы программы.

7. При составлении календарно-тематического плана на четверть, плана-графика учебно-тренировочных занятий в спортивной секции (факультативе) используйте буквенные обозначения. Раздел «**Знания**»: **с** – сообщение нового материала; **з** – закрепление знаний; **п** – повторение пройденного материала; **к** – контроль знаний. Раздел «**Основы видов спорта**» (Двигательные умения и навыки): **О** – ознакомление с двигательным действием; **Р** – разучивание двигательного действия; **С** – совершенствование техники выполнения двигательного действия; **К** – контроль двигательного умения. Раздел «**Развитие физических качеств**»: **РР** – развивающий режим; **ПР** – поддерживающий (стабилизирующий) режим.

8. Наряду с буквенным обозначением указывайте время в минутах, отводимое на решение задач обучения. Например, **с/10** – сообщение нового материала (знаний) в течение 10 минут; **Р/20** – разучивание двигательного действия в течение 20 минут.

9. Практику проходить в строгом соответствии с методическими рекомендациями. Все виды выполненных работ и их результаты своевременно и аккуратно оформлять в рабочей тетради по практике.

10. **Помните!** Проводить урок без плана-конспекта, проверенного и подписанного учителем физической культуры, категорически запрещено. Сразу после проведенного урока напоминайте учителю о необходимости поставить отметку и подпись под текстом плана-конспекта.

11. Правильно формулируйте задачи урока. Выбирайте наиболее рациональные и эффективные методы и средства решения поставленных задач. В подготовительной части урока преимущественно используйте общеразвивающие и общеподготовительные упражнения; в основной части – специально-подготовительные упражнения: развивающие, подводные и комбинированные; в заключительной части – малоподвижные игры, аутотренинг, восстановительные упражнения: медленный бег, дыхательные упражнения в ходьбе и на месте, упражнения на расслабление.

13. По истечении двух недель практики иногородние студенты обязаны явиться в университет к своему групповому руководителю на консультацию (заранее согласовать день и время проведения консультации). При этом групповому руководителю необходимо представить отчет о выполнении программы практики за двухнедельный период и оформленную по установленным правилам рабочую тетрадь студента-практиканта.

12. За 1–2 дня до окончания практики принять участие в педагогическом консилиуме (директор и (или) заместитель директора по учебной работе, групповой руководитель, учителя физической культуры, классный руководитель и др.), на котором подводятся итоги прохождения практики. Оценки по всем разделам практики выставляются в рабочей тетради на соответствующей странице. Итоговая оценка ставится в документ **«Направление на практику»** за подписью учителя физической культуры. На оборотной стороне документа руководителем учреждения или по его поручению заместителем директора по учебной работе, руководителем методического объединения учителей физической культуры дается отзыв о работе студента (студентов), заверенный подписью директора и печатью учреждения.

13. Обратит внимание на наличие в рабочей тетради по практике всех необходимых подписей работников учебного заведения. Итоговый отчет и характеристика студента должны быть заверены подписью директора и печатью учреждения.

14. **В течение трех дней по окончании практики представить лично своему групповому руководителю следующие документы: рабочую тетрадь по практике, направление на практику, акты приемки выполненных работ, а также представить отчеты о выполненных заданиях групповым руководителям практики от кафедр педагогики и психологии.** При невозможности (уважительные причины) представить документы лично выслать их по почте, предварительно поставив в известность группового руководителя практики.

В назначенные руководителями практики сроки устранить выявленные недостатки и ошибки и повторно сдать отчетную документацию. В случае нарушения установленных сроков представления отчетной документации студент к зачету не допускается, а в зачетной ведомости делается запись «не явился».

15. Явиться в назначенное время на аттестацию комиссией кафедры (дифференцированный зачет). При себе иметь отчет о выполнении программы практики, методические разработки (учебные карточки, слайды, комплексы упражнений, результаты проведенных исследований и др.), зачетную книжку.

16. По пунктам данной памятки, требующим пояснений, и по другим вопросам, возникающим в ходе практики, обращаться к групповому или факультетскому руководителю практики. Телефон кафедры СДМП **21-72-03**.



## ПРОГРАММНЫЙ МАТЕРИАЛ НА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ

№ п/ п	Содержание	Отметка о выпол- нении
1	Принять участие в работе курсового собрания и в собрании группы студентов с руководителем от кафедры.	
2	Записать в журнал сведения об общеобразовательном учреждении, прикрепленных классах и спортивных секциях из бесед с директором или завучем, учителем физической культуры, классным руководителем и врачом.	
3	Составить индивидуальное расписание уроков в прикрепленных классах и в выбранной спортивной секции.	
4	Ознакомиться с документацией планирования учителя физической культуры и здоровья для средних и старших классов.	
5	Составить и утвердить у учителя физической культуры и здоровья или группового руководителя планы учебного процесса: распределения программного материала на год, четверть для прикрепленных классов и для секционной работы.	
6	Провести педагогические наблюдения за подготовкой учителя и проведением им двух уроков физической культуры и здоровья (по одному в средних и старших классах).	
7	Участвовать в проведении двух уроков физической культуры и здоровья в качестве ассистента. Предварительно ознакомиться с содержанием планов-конспектов учителя.	
8	Написать планы-конспекты и провести четыре урока физической культуры и здоровья в качестве учителя. Провести инструктаж по технике безопасности с учащимися прикрепленных классов.	
9	Участвовать в проведении одного учебно-тренировочного занятия в спортивной секции (факультативе). Предварительно ознакомиться с содержанием плана-конспекта учителя. Провести инструктаж по технике безопасности с занимающимися в спортивной секции.	





«Утверждаю»

Учитель ФК и З \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**РАСПИСАНИЕ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ**

КЛАСС	Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.

**РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ СЕКЦИИ (ФАКУЛЬТАТИВА)**

по \_\_\_\_\_

Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.	Вс.

Учитель физической культуры и здоровья или групповой руководитель

\_\_\_\_\_

«Утверждаю»  
Учитель ФК и З \_\_\_\_\_

**ПЛАН-ГРАФИК  
УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ЗДОРОВЬЕ» НА 20\_\_ / \_\_ УЧЕБНЫЙ ГОД  
ДЛЯ \_\_\_\_\_ КЛАССА**

**Задачи:**

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

№	Учебный материал	К-во часов	1-я четверть																		2-я четверть													
			Номера уроков																															
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32

№	Учебный материал	К-во часов	3-я четверть																4-я четверть																						
			Номера уроков																																						
			33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	

Учитель физической культуры и здоровья или групповой руководитель \_\_\_\_\_

«Утверждаю»  
Учитель ФК и З \_\_\_\_\_

**ПЛАН-ГРАФИК**  
**УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ЗДОРОВЬЕ» НА 20\_\_ / \_\_ УЧЕБНЫЙ ГОД**  
**ДЛЯ \_\_\_\_\_ КЛАССА**

**Задачи:**

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

№	Учебный материал	К-во часов	1-я четверть																		2-я четверть																
			Номера уроков																																		
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32			

№	Учебный материал	К-во часов	3-я четверть															4-я четверть																								
			Номера уроков																																							
			33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70		

Учитель физической культуры и здоровья или групповой руководитель \_\_\_\_\_



«Утверждаю»  
Учитель ФК и З \_\_\_\_\_

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН НА \_\_\_\_ ЧЕТВЕРТЬ  
ДЛЯ \_\_\_\_ КЛАССА**

**Задачи:**

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

№	Учебный материал	Номера уроков																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20

№	Учебный материал	Номера уроков																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20

Учитель физической культуры и здоровья или групповой руководитель \_\_\_\_\_

«Утверждаю»  
Учитель ФК и З \_\_\_\_\_

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН НА \_\_\_\_ ЧЕТВЕРТЬ  
ДЛЯ \_\_\_\_ КЛАССА**

**Задачи:**

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

№	Учебный материал	Номера уроков																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20

№	Учебный материал	Номера уроков																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20

Учитель физической культуры и здоровья или групповой руководитель \_\_\_\_\_



3	Специальная физическая подготовка (техничко-тактическая)												
4	Судейская практика												
5	Контрольные испытания												

Студент-практикант \_\_\_\_\_

















Части урока	Содержание урока	Дози- ровка	ОМУ (организационно- методические указания)

Замечания по уроку

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Оценка за проведение урока \_\_\_\_\_

Оценка за конспект \_\_\_\_\_

Учитель ФК и З или групповой руководитель \_\_\_\_\_











## ПРОГРАММНЫЙ МАТЕРИАЛ НА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ

№ п/ п	Содержание	Отметка о выпол- нении
1	Написать планы-конспекты и провести шесть уроков физической культуры и здоровья в качестве учителя.	
2	Написать план-конспект и провести не менее одного учебно-тренировочного занятия в спортивной секции (факультативе) в средних или старших классах.	
3	Провести педагогический анализ урока студента-практиканта и оформить его в рабочую тетрадь.	
4	Провести хронометрирование урока физической культуры и здоровья, проводимого студентом-практикантом.	
5	Провести тестирование физического развития, физической подготовленности школьников средних классов согласно программе по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» и по заданию кафедры.	
6	Составить план, подобрать материал и провести беседу об обеспечении безопасности занятий физическими упражнениями.	
7	Принять участие в собрании группы студентов для анализа и подведения итогов работы за вторую неделю.	













Части урока	Содержание урока	Дози- ровка	ОМУ (организационно-методические указания)

Замечания по уроку

---

---

---

Оценка за проведение урока \_\_\_\_\_

Оценка за конспект \_\_\_\_\_

Учитель ФК и З или групповой руководитель \_\_\_\_\_



Части урока	Содержание урока	Дозировка	ОМУ (организационно-методические указания)

Замечания по уроку \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Оценка за проведение урока \_\_\_\_\_

Оценка за конспект \_\_\_\_\_

Учитель ФК и З или групповой руководитель \_\_\_\_\_













Части занятия	Содержание занятия	Дозировка	ОМУ (организационно-методические указания)

Учитель физической культуры и здоровья или групповой руководитель \_\_\_\_\_









## ПРОГРАММНЫЙ МАТЕРИАЛ НА ТРЕТЬЮ НЕДЕЛЮ

№ п/ п	Содержание	Отметка о выпол- нении
1	Написать планы-конспекты и провести не менее шести уроков физической культуры и здоровья в качестве учителя.	
2	Написать план-конспект и провести не менее одного учебно-тренировочного занятия в спортивной секции (факультативе) в средних или старших классах.	
3	Провести пульсометрию реакции организма учащегося на физическую нагрузку на уроке физической культуры и здоровья, проводимого студентом-практикантом в среднем классе.	
4	Провести тестирование физического развития, физической подготовленности школьников старших классов согласно программе по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» и по заданию кафедры.	
5	Составить план, подобрать материал и провести беседу с учащимися прикрепленного класса о здоровом образе жизни.	
6	Принять участие в собрании группы студентов для анализа и подведения итогов работы за третью неделю.	



























Части урока	Содержание урока	Дози- ровка	ОМУ (организационно-методические указания)

Замечания по уроку

---

---

---

Оценка за проведение урока \_\_\_\_\_

Оценка за конспект \_\_\_\_\_

Учитель ФК и З или групповой руководитель \_\_\_\_\_





**ПРОТОКОЛ УЧЕТА ПУЛЬСОВЫХ ДАННЫХ УЧАЩЕГОСЯ  
НА УРОКЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ЗДОРОВЬЯ**

Дата проведения \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Урок провел \_\_\_\_\_ Место проведения \_\_\_\_\_

Класс \_\_\_\_ «\_\_» № урока по расписанию \_\_\_\_\_ Смена \_\_\_\_\_

Присутствовали: мальчиков \_\_\_\_\_ девочек \_\_\_\_\_ Начало урока \_\_\_\_\_

Фамилия наблюдаемого(ой) \_\_\_\_\_

Фамилия исследователя \_\_\_\_\_

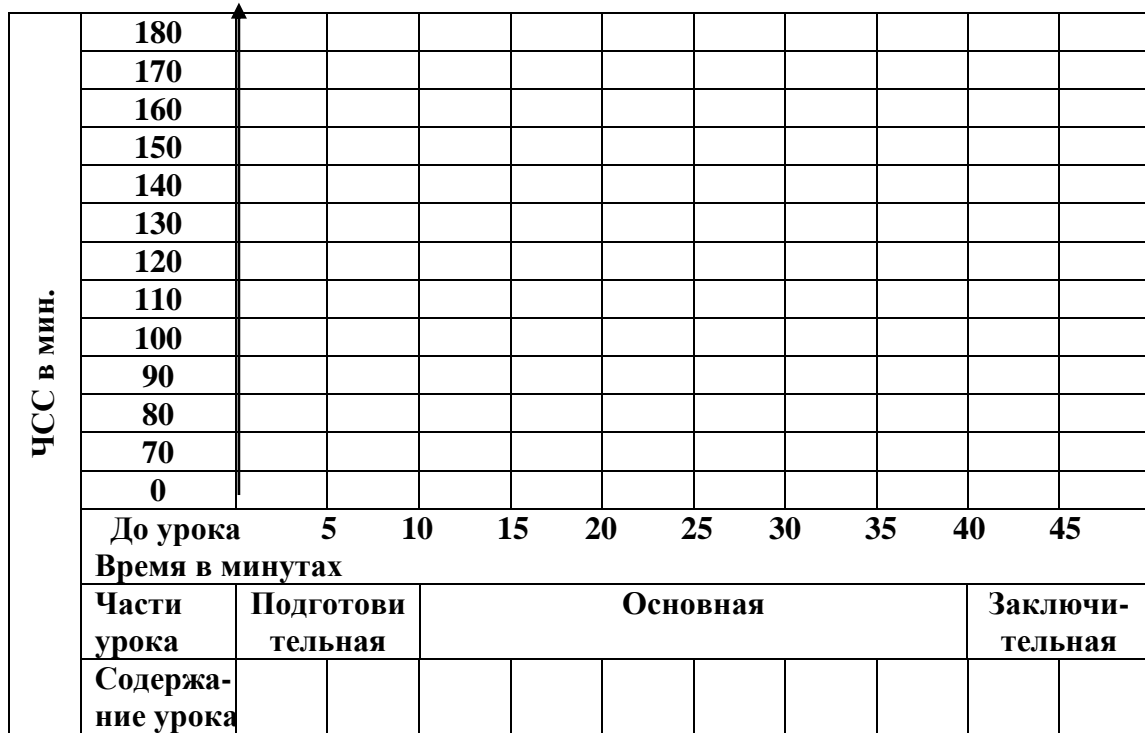
Задачи урока: 1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

Время изме- рения (мин.)	Пульс			Содержание деятельности
	за 10'	в 1 мин	%	
До занятий				
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				
31				
32				
33				
34				
35				
36				
37				
38				
39				
40				
41				
42				
43				
44				
45				

**ГРАФИК ИЗМЕНЕНИЯ ЧСС  
УЧАЩЕГОСЯ \_\_\_\_\_  
НА УРОКЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ЗДОРОВЬЯ**



**Выводы:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Исследователь \_\_\_\_\_

Учитель физической культуры и здоровья или групповой руководитель \_\_\_\_\_



## ПРОГРАММНЫЙ МАТЕРИАЛ НА ЧЕТВЕРТУЮ НЕДЕЛЮ

№ п/ п	Содержание	Отметка о выпол- нении
1	Написать планы-конспекты и провести не менее шести уроков физической культуры и здоровья в качестве учителя.	
2	Написать план-конспект и провести не менее одного учебно-тренировочного занятия в спортивной секции (факультативе) в средних или старших классах.	
3	Разработать сценарий и провести спортивно-массовое мероприятие по плану общеобразовательного учреждения.	
4	Принять участие в собрании группы студентов для анализа и подведения итогов за четвертую неделю.	
5	Принять участие в педсовете общеобразовательного учреждения по итогам производственной педагогической практики.	
6	Составить отчет по производственной педагогической практике.	



































**ПРАВИЛА**  
**выполнения тестов для оценки физической подготовленности**  
**населения Республики Беларусь**

**Тест 1. Прыжок в длину с места.** Выполняют в спортивном зале.

На полу рисуется разметка: стартовая линия, на расстоянии 80 см от нее через каждый сантиметр рисуются тонкие линии для измерения дальности прыжка до 260 см. Сбоку цифрами обозначается расстояние от 80 см до 260 см.

Исходное положение. Стойка ноги на ширине плеч, слегка согнуты, руки внизу, свободно. Носки у стартовой линии.

Выполнение. Приседая, отвести руки назад. Разгибая ноги, взмах руками вперед-вверх, толчок ногами, полет и, выбрасывая ноги вперед, приземление на обе ноги. Перед выполнением дается установка на индивидуальный максимум.

Измерение. Дальность прыжка определяется расстоянием от стартовой линии до отметки приземления, расположенной ближе к стартовой линии.

Требования безопасности. Упражнение выполняют на полу в обуви, обеспечивающей плотное сцепление с полом при отталкивании. Под пятки рекомендуется подложить войлочную прокладку. При потере равновесия и падении назад после приземления не подставлять руки за спину. Для смягчения падения назад тестируемых необходимо научить мягкому перекату назад из упора присев.

**Тест 2. Наклон вперед.** Выполняется в зале, без обуви. Исходное положение. Тестируемый садится на пол на линии ОС (рисунок 1) со стороны знака «-» (минус), пятки на ширине таза, упираются в упоры для ног, стопы вертикально. Два партнера прижимают его колени к полу, не дают согнуть ноги.

Выполнение и измерение. Тестируемый кладет руки на пол, выполняет два предварительных наклона, скользя руками по линии СД. На третьем наклоне максимально сгибается в тазобедренных суставах и в этом положении задерживается 3 секунды. Результат измеряют по отметке, достигнутой кончиками средних пальцев ровно сомкнутых рук со знаком минус («-») на линии ОС и со знаком плюс («+») на линии ОД (рисунок 1).



Рисунок 1 – Разметка для выполнения упражнения «Наклон вперед»

Во время измерения требовать максимального наклона и добиваться, чтобы стопы удерживались вертикально, ноги в коленях не сгибались, указательные и большие пальцы рук были ровно сомкнуты.

Требования безопасности: перед измерением растянуть заднюю поверхность бедра, выполнив для этого несколько глубоких наклонов стоя, а затем сидя.

**Тест 3. Челночный бег 4×9 м.** Выполняется в зале одновременно двумя тестируемыми.

Исходное положение. По команде «Приготовиться!» тестируемые заходят в полукруг со стороны «Старт – финиш». В другой полукруг на расстоянии 9 м, вплотную к линии кладут два бруска 50×50×100 мм на расстоянии 100 мм друг от друга (рисунок 2). По команде «На старт!» учащиеся ставят одну ногу вперед,



вплотную к линии старта, не наступая на нее, вторую – назад в пределах полукруга, не выходя за него. По команде «Внимание!» принимают положение высокого старта.

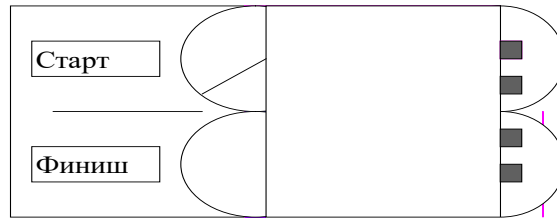


Рисунок 2 – Разметка для выполнения челночного бега 4×9 м

**Выполнение.** По команде «Марш!» тестируемый бежит к противоположному полукругу. Подбежав к нему, берет один брусок (не затронув второй), поворачивается и бежит обратно. Подбежав к полукругу «Старт – финиш», кладет в него брусок (бросать нельзя!), поворачивается и бежит за оставшимся бруском. Подбежав к полукругу, берет второй брусок, поворачивается и бежит к линии «Старт – финиш» и, не снижая скорости, пересекает ее.

**Измерение.** Время каждого тестируемого засекается отдельным секундомером. По команде «Марш!» секундомеры включаются одновременно. При пересечении линии финиша со вторым бруском секундомеры выключают одновременно с пересечением, тестируемым воображаемой вертикальной плоскости финиша.

Перед выполнением упражнения тестируемого необходимо научить технически правильно, максимально быстро и экономно выполнять челночный бег. Особое внимание надо обратить на обучение положению высокого старта, правильному уходу с него, быстрой остановке перед тем, как взять или положить брусок. Перед бегом тестируемого надо настроить на достижение максимально возможного результата.

**Требования безопасности.** Забегу должна предшествовать разминка. Бежать надо в обуви, обеспечивающей хорошее сцепление с полом. После того как тестируемый побежал за вторым бруском, первый брусок во избежание травмы следует немедленно убрать из полукруга «Старт – финиш».

**Тест 4. Подтягивание.** Выполняют на высокой перекладине в зале, без обуви (мальчики, юноши).

**Оборудование.** Перекладина высокая. Стул для помощи тестируемому. Маты под перекладиной на всю ее длину. Наждачная бумага или ветошка для протирания перекладины.

**Исходное положение.** Вис хватом сверху.

**Выполнение.** Тестируемый подтягивается до перехода подбородком перекладины, без пауз отдыха, раскачиваний и сгибания ног в коленях. Тело прямое, ноги сомкнуты. При нарушении этих требований тест прекращается.

**Измерение.** Засчитывают количество полных подтягиваний, выполненных в соответствии с изложенными требованиями.

Во время измерений требовать максимально возможное количество подтягиваний. Добиваться, чтобы ноги были вместе и прямые, тело не раскачивалось и не сгибалось.

**Требования безопасности:** проверить надежность крепления перекладины, обеспечить страховку при подтягивании и приземлении.

**Тест 5. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.** Выполняется в зале. Мужчины выполняют тест в упоре лежа на полу, женщины – в упоре лежа на гимнастической скамейке. Мальчики и девочки (в возрасте 7–10 лет) выполняют тест в упоре лежа на гимнастической скамейке.

**Выполнение.** Упражнение выполняется «до отказа» с прямым телом. При сгибании рук мужчины касаются грудью пола, женщины и тестируемые в возрасте 7–10 лет – грудиной гимнастической скамейки. При невозможности соблюдать эти требования тест прекращается.

**Измерение.** Засчитывается количество повторений упражнения «до отказа» или до невозможности соблюдать описание теста.

**Тест 6. Поднимание туловища из положения лежа на спине, руки скрестно перед грудью (девочки, девушки). Выполняют в зале.**

**Исходное положение:** лежа на спине, ноги согнуты в коленях под прямым углом, руки скрестно перед грудью, кистями обхватить середину анатомического плеча. Партнер удерживает ноги за голеностопный сустав.

**Выполнение.** Поднять туловище, локтями коснуться колен. После этого опуститься в исходное положение до касания лопатками пола. Упражнение выполнять в течение одной минуты. Девочки 1–4 класса выполняют тест в течение 30 сек.

**Измерение.** Засчитывается количество полных циклов выполненных за 1 мин и за 30 сек (соответственно), включающих поднимание туловища с касанием локтями колен и опускание до касания пола лопатками. Подсчет количества полных циклов ведут одновременно выполняющий упражнение и его партнер.

Перед измерением давать установку на выполнение максимально возможного количества повторений за 1 мин и за 30 сек (соответственно). Во время выполнения не допускать отодвигания таза от пяток, добиваться опускания на лопатки, касания локтями колен.

**Требования безопасности:** упражнение выполнять на жесткой, не скользящей подстилке (ворсолан, тонкий поролоновый коврик, татами, войлок и им подобные). На гимнастических поролоновых матах принимать норматив не следует.

**Тест 7. Вис на согнутых руках.** Выполняется на высокой перекладине, в зале, босиком.

**Оборудование.** Перекладина высокая. Маты под перекладиной на всю ее длину.

**Инструкция тестирующему.** «Примите положение вися хватом сверху, руки на ширине плеч. Перекладину обхватите четырьмя пальцами сверху и большим – снизу. Я помогу Вам принять положение в вися на согнутых руках, так чтобы подбородок был выше перекладины, но не касался ее никогда. В этом положении Вам необходимо удержать себя как можно дольше, сколько сможете. Тест прекращается по моей команде после того, как Вы опуститесь до положения, когда перекладина будет на уровне глаз». После инструкции тест сразу же выполняется, без пробных попыток.

**Измерение.** После оказания помощи тестируемому в момент, когда он готов к тесту, тестирующий отпускает его и одновременно включает секундомер. Секундомер выключают в момент, когда перекладина оказалась на уровне глаз. Выполняется только одна попытка.

**Ошибки выполнения:** неправильный хват руками (широко, узко, хват снизу), колебания туловища.

**Требования к тестирующему.** Помогите испытуемому принять правильное положение в вися на согнутых руках («подсадите»), страхуйте его, во время выполнения теста не говорите ему время удержания. Результат в протоколе записывайте в секундах.

**Тест 8. Бег 30 м.** Выполняется на стадионе с высокого старта в соответствии с правилами соревнований по легкой атлетике одновременно двумя тестируемыми. Время каждого фиксируется отдельным секундомером.

**ИНСТРУКТИВНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ПИСЬМО  
МИНИСТЕРСТВА ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ  
«ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО  
ПРОЦЕССА ПРИ ИЗУЧЕНИИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА  
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ЗДОРОВЬЕ»**

**1. Учебные программы**

В учреждениях общего среднего образования используются следующие учебные программы:

Класс	I	II	III	IV
Год утверждения (издания) учебной программы	2017	2017	2017	2018

Класс	V	VI	VII	VIII	IX	X		XI
						базов. уров.	повыш. уров.	
Год утверждения (издания) учебной программы	2019	2019	2019	2019	2019	2020	2020	2019

**Учебные программы для специальных медицинских групп:**

Учебная программа по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» для специальных медицинских групп I-XI классов учреждений образования, реализующих образовательные программы общего среднего образования, с белорусским языком обучения и воспитания. – Минск, 2017 // национальный образовательный портал (<http://adu.by>).

Учебная программа по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» для специальных медицинских групп I-XI классов учреждений образования, реализующих образовательные программы общего среднего образования, с русским языком обучения и воспитания. – Минск, 2017 // национальный образовательный портал (<http://adu.by>).

Все учебные программы размещены на национальном образовательном портале: <http://adu.by> / Образовательный процесс. 2020/2021 учебный год / Общее среднее образование / **Учебные предметы I-IV, V-XI классы / Физическая культура и здоровье.**

Учитель может изменять последовательность изучения разделов учебных программ, а также использовать по своему усмотрению содержание и часы вариативного компонента.

## **2. Организация образовательного процесса**

Для организации учебных занятий по учебному предмету «Физическая культура и здоровье», занятий «Час здоровья и спорта» ежегодно **до 1 сентября**, на основании медицинских справок о состоянии здоровья, выданных учреждениями здравоохранения в порядке, установленном законодательством Республики Беларусь, приказом руководителя учреждения общего среднего образования, учащиеся распределяются на основную, подготовительную, специальную медицинскую группы (далее – СМГ), группу лечебной физической культуры (далее – ЛФК).

**Учащиеся, не прошедшие медицинское обследование, присутствуют на учебных занятиях по учебному предмету «Физическая культура и здоровье», занятиях «Час здоровья и спорта» в спортивной одежде и сменной спортивной обуви, но к практическому выполнению заданий (двигательной активности) не допускаются.**

**Деление класса на группы** при изучении учебного предмета «Физическая культура и здоровье» в X-XI классах осуществляется в соответствии с пунктами 54 и 57 Положения об учреждении общего среднего образования. При наличии возможности проведения учебных занятий по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» отдельно для мальчиков (юношей), девочек (девушек) в других классах (I-IX) по решению отдела (управления) образования местного исполнительного и распорядительного органа, согласованному с финансовым управлением (отделом) данного местного исполнительного и распорядительного органа, указанные классы также делятся на соответствующие группы.

В целях повышения качества преподавания учебного предмета «Физическая культура и здоровье» на всех ступенях общего среднего образования **целесообразно обеспечить** проведение учебного занятия по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» учителями физической культуры (имеющими соответствующее образование по направлению специальностей физической культуры и спорта).

Согласно должностным обязанностям учитель разрабатывает КТП с учетом времени, отведенного в учебной программе на изучение отдельных тем по учебному предмету «Физическая культура и здоровье». Данное КТП утверждается руководителем учреждения образования до начала учебного года.

Учитель вправе использовать примерное КТП по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» для I-XI классов, рекомендованное НИО. Примерное КТП для X класса (базовый и повышенный уровни) размещено на национальном образовательном портале: <http://adu.by> / Образовательный процесс. 2020/2021 учебный год / Общее среднее образование / **Учебные предметы I-IV, V-XI классы / Физическая культура и здоровье.**

При использовании КТП, рекомендованного НИО, учитель может вносить в течение учебного года в пределах учебных часов, отведенных на изучение учебного предмета, в примерное КТП коррективы в зависимости от уровня результатов учебной деятельности и познавательных возможностей учащихся, иных объективных обстоятельств. В рубрике «Для заметок» или на отдельном листе, который вкладывается в пособие для учителей учреждений общего среднего образования «Примерное календарно-тематическое планирование», учитель фиксирует вносимые изменения, которые согласовывает с руководителем учреждения образования.

С целью осуществления планирования образовательного процесса по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» **учитель ведет следующую плановую документацию:**

годовой план-график распределения учебного материала;  
 календарно-тематическое планирование учебного материала;  
 поурочное (текущее) планирование учебного материала (планы-конспекты).

Структурными элементами поурочного (текущего) планирования должны быть: задачи, соответствующие этапам формирования двигательных умений и навыков; упражнения (комплексы упражнений) для формирования двигательных умений и навыков; перечень используемого на учебном занятии спортивного оборудования и инвентаря, методы проведения учебного занятия; организационно-методические указания и др.

Годовой план-график распределения учебного материала и календарно-тематическое планирование учебного материала согласовываются членом администрации, курирующим учебный предмет «Физическая культура и здоровье», утверждаются директором учреждения общего среднего образования, хранятся в течение всего учебного года в учреждении образования у учителя, который проводит учебные занятия по учебному предмету «Физическая культура и здоровье».

**Необходимо обеспечить** повышение качества организации и проведения учебных занятий по учебному предмету «Физическая культура и здоровье», занятий «Час здоровья и спорта», максимально проводя их на свежем воздухе при благоприятных погодных условиях, обязательно учитывая медицинские показания в отношении каждого учащегося при выполнении им физических нагрузок.

При наличии условий для учебных занятий по плаванию необходимо предусмотреть **обучение плаванию** в рамках учебных часов, отведенных учебной программой по учебному предмету «Физическая культура и здоровье».

**Для проведения факультативных занятий спортивной направленности** в I–XI классах используются учебные программы факультативных занятий, утвержденные Министерством образования Республики Беларусь в 2020 году. Учебные программы факультативных занятий размещены на национальном образовательном портале: <http://adu.by> / Образовательный процесс. 2020/2021 учебный год / Общее среднее образование / **Учебные предметы I–IV, V–XI классы / Физическая культура и здоровье / Учебные программы факультативных занятий.**

и сайте учреждения «Республиканский центр физического воспитания и спорта учащихся и студентов»: [www.sporteducation.by](http://www.sporteducation.by) / **Физическая культура / Учебно-методический комплекс.**

В целях создания условий для организации спортивной подготовки одаренных в спорте учащихся в учреждениях общего среднего образования по инициативе руководителей специализированных учебно-спортивных учреждений могут создаваться специализированные по спорту классы. Порядок создания и организации работы указанных классов регламентируется Положением о специализированных по спорту классах, утвержденным постановлением Министерства спорта и туризма Республики Беларусь, Министерства обороны Республики Беларусь и Министерства образования Республики Беларусь от 08.07.2014 № 18/23/97.

В учреждениях общего среднего образования могут открываться **профильные классы спортивно-педагогической направленности** для помощи учащимся в выборе будущей профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта.

Отбор в профильные классы спортивно-педагогической направленности должен осуществляться в соответствии с пунктом 43 Положения об учреждении общего среднего образования: классы (группы) с изучением отдельных учебных предметов на повышенном уровне формируются из числа лиц, изъявивших желание изучать на

повышенном уровне отдельные учебные предметы и имеющих по завершении обучения и воспитания на II ступени общего среднего образования по данным учебным предметам отметки не ниже 7 баллов и средний балл свидетельства об общем базовом образовании не ниже 6 баллов.

При обучении в классах спортивно-педагогической направленности учащиеся изучают на повышенном уровне учебные предметы «Физическая культура и здоровье» и «Биология» и осваивают содержание учебной программы факультативного занятия «Введение в спортивно-педагогические профессии» для учащихся X-XI классов учреждений образования, реализующих образовательные программы общего среднего образования. При организации образовательного процесса по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» на повышенном уровне в дополнение к учебным часам, выделенным на проведение учебных занятий «Физическая культура и здоровье» в соответствии с типовым учебным планом общего среднего образования, утвержденным постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 06.05.2020 № 83, возможно выделение до 2 учебных часов за счет часов факультативных занятий.

В классах спортивно-педагогической направленности могут обучаться учащиеся специализированных по спорту классов. В этом случае на повышенном уровне изучается только учебный предмет «Биология», а также осваивается программа факультативного занятия «Введение в спортивно-педагогические профессии».

Учебная программа факультативного занятия «Введение в спортивно-педагогические профессии» для учащихся X-XI классов учреждений образования, реализующих образовательные программы общего среднего образования, утверждена постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 22.07.2019 № 121, размещена на национальном образовательном портале: <http://adu.by> / Образовательный процесс. 2020/2021 учебный год / Общее среднее образование / **Учебные предметы I-IV, V-XI классы / Физическая культура и здоровье / Учебные программы факультативных занятий.**

В соответствии с пунктом 69 специфических санитарно-эпидемиологических требований, утвержденных постановлением Совета Министров Республики Беларусь от 07.08.2019 № 525 (далее – специфические санитарно-эпидемиологические требования), администрацией учреждения образования совместно с медицинским работником должен осуществляться контроль за организацией физического воспитания обучающихся, в том числе с выборочной оценкой учебных занятий по физической культуре.

**Обращаем внимание** на необходимость создания и обеспечения безопасных условий при организации и проведении образовательного процесса по учебному предмету «Физическая культура и здоровье», занятий «Час здоровья и спорта».

Использовать самодельное (нестандартное) спортивное оборудование и инвентарь при реализации учебной программы по учебному предмету «Физическая культура и здоровье», занятий «Час здоровья и спорта» в учреждениях общего среднего образования запрещено. Спортивное оборудование на территории учреждения образования, спортивный инвентарь по конструкции, размерам, применяемым материалам должны соответствовать возрастным и психофизическим особенностям обучающихся, требованиям технических нормативных правовых актов Республики Беларусь, содержащих обязательные для исполнения требования. Безопасность при эксплуатации спортивного оборудования обеспечивается путем использования

оборудования по назначению в соответствии с требованиями эксплуатационных документов организаций-изготовителей.

Руководитель учреждения общего среднего образования **несет персональную ответственность** за организацию деятельности всех учащихся во время проведения учебного занятия по учебному предмету «Физическая культура и здоровье», занятия «Час здоровья и спорта». Ответственность за обеспечение безопасных условий при этом необходимо возлагать на педагогических работников учреждения общего среднего образования, которые организуют деятельность учащихся во время проведения учебного занятия по учебному предмету «Физическая культура и здоровье».

Для повышения уровня информированности учащихся и их родителей по вопросам организации образовательного процесса по учебному предмету «Физическая культура и здоровье», пропаганды физической культуры и спорта в учреждениях общего среднего образования **следует оформлять** следующие стенды наглядной агитации:

правила безопасности при проведении занятий физической культурой и спортом;

нормативы и требования на получение значков «Олимпийские надежды», «Спортивная смена», «Физкультурник Беларуси» Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь;

10-балльные шкалы оценки учебных нормативов по освоению умений, навыков, развитию двигательных способностей учащихся;

календарный план проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий на учебный год;

экран хода круглогодичной спартакиады учреждения образования;

лучшие спортсмены и рекорды, спортивная жизнь учреждения образования.

### **3. Особенности организации и проведения занятия «Час здоровья и спорта»**

Занятие «Час здоровья и спорта» вносится в расписание учебных (факультативных) занятий учреждения общего среднего образования и включается в учебную нагрузку учителя.

Учебный час, выделяемый на проведение занятия «Час здоровья и спорта», не учитывается при определении максимальной допустимой нагрузки на одного учащегося.

На посещение занятия «Час здоровья и спорта» заявление законных представителей учащихся не требуется.

К проведению занятия «Час здоровья и спорта» предъявляются такие же организационные, педагогические, санитарно-гигиенические требования, как и к проведению учебного занятия по учебному предмету «Физическая культура и здоровье». При этом сохраняется тот же порядок разработки и утверждения программно-планирующей документации.

При планировании и проведении занятия «Час здоровья и спорта» рекомендуется использовать:

учебные программы для учреждений общего среднего образования с русским (белорусским) языком обучения и воспитания по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в каждом классе соответственно;

учебные программы факультативных занятий физкультурно-спортивной направленности, утвержденные Министерством образования Республики Беларусь в 2020 году;

программно-методические материалы по вопросам организации и проведения занятия «Час здоровья и спорта», включающие перечень и содержание подвижных игр для учащихся I-IV классов, разработанные Министерством образования Республики Беларусь и учреждением «Республиканский центр физического воспитания и спорта учащихся и студентов» (размещены на сайте: [www.sporteducation.by](http://www.sporteducation.by) / *Физическая культура / Учебно-методический комплекс*);

программно-методические материалы по вопросам организации и проведения занятия «Час здоровья и спорта», включающие перечень и содержание спортивных игр (баскетбол, волейбол, гандбол, футбол) для учащихся V-XI классов, разработанные Министерством образования Республики Беларусь и учреждением «Республиканский центр физического воспитания и спорта учащихся и студентов» (размещены на сайте: [www.sporteducation.by](http://www.sporteducation.by) / *Физическая культура / Учебно-методический комплекс*).

При выборе содержательного наполнения занятий «Час здоровья и спорта» в V-XI классах количество и перечень изучаемых видов спорта не регламентируется. Например, в I и IV четвертях учебного года можно обучать учащихся элементам игры в футбол или волейбол, а во II и III четвертях – в баскетбол, гандбол или элементам аэробики и атлетической гимнастики.

На занятиях «Час здоровья и спорта» отметки не выставляются.

#### **4. Требования к организации учебных занятий с учащимися подготовительной группы, СМГ, ЛФК**

Учебные занятия по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» с учащимися, отнесенными по состоянию здоровья к подготовительной группе, проводятся вместе с учащимися основной группы согласно рекомендациям медицинского работника по принципу дифференцированного подхода к физическому развитию учащихся с учетом состояния их здоровья и при условии постепенного освоения комплекса двигательных навыков и умений.

В соответствии с пунктом 6 Инструкции о порядке распределения обучающихся в основную, подготовительную, специальную медицинскую группы, группу лечебной физической культуры, утвержденной постановлением Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 09.06.2014 № 38 (далее – Инструкция), в подготовительную группу для занятий физической культурой и спортом распределяются обучающиеся с дисгармоничным физическим развитием и (или) отстающие от сверстников в физической подготовленности, без отклонений или с незначительными отклонениями в состоянии здоровья.

К занятиям в объединениях по интересам, секциях, группах по спортивным интересам, клубах по физической культуре и спорту, к подготовке и участию в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, спортивных соревнованиях обучающиеся, относящиеся к данной группе, допускаются индивидуально после дополнительного медицинского осмотра и (или) обследования.

Указанный пункт Инструкции не содержит нормы о допуске обучающихся, относящихся по состоянию здоровья к подготовительной группе, к подготовке и сдаче нормативов по физической подготовке.

Таким образом, учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной группе, выполняют требования учебных программ по освоению двигательных навыков (техника выполнения) с учетом медицинских показаний и противопоказаний и не допускаются к сдаче учебных нормативов по физической подготовке. Указанные исключения не должны влиять на итоговую отметку.



Учебные занятия по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» с учащимися, отнесенными по состоянию здоровья к СМГ, **проводятся учителями физической культуры, освоившими образовательную программу повышения квалификации, с периодичностью прохождения курсовой подготовки в сроки, установленные законодательством Республики Беларусь.**

Учебные занятия с учащимися СМГ должны быть организованы на начало учебного года. Недопустимо объединять учебные занятия СМГ или проводить их два дня подряд.

Комплектование СМГ на начало учебного года проводится медицинским работником на основании результатов медицинского обследования учащихся.

Согласно специфическим санитарно-эпидемиологическим требованиям наполняемость СМГ должна быть не более 12 учащихся. Учебные занятия с учащимися СМГ могут планироваться в расписании учебного дня до или после учебных занятий. Однако целесообразно проводить занятия СМГ одновременно с учебными занятиями по учебному предмету «Физическая культура и здоровье». Например, один учитель проводит учебное занятие с учащимися класса основной и подготовительной группы, а другой – учебное занятие с учащимися СМГ этого же класса.

**Обращаем внимание** на необходимость принятия мер по полной (100 %) занятости учащихся, освобожденных от двигательной активности на уроке, отнесенных по состоянию здоровья к СМГ, ЛФК и присутствующих на уроке «Физическая культура и здоровье», занятиях «Час здоровья и спорта», с учетом особенностей учреждения общего среднего образования.

Количество и списочный состав СМГ на начало каждого полугодия утверждается приказом руководителя учреждения общего среднего образования на основании сведений, предоставляемых медицинским работником. Часы, отведенные на проведение учебных занятий с учащимися СМГ, входят в объем учебной нагрузки учителя физической культуры. В соответствии с пунктом 77 Положения об учреждении общего среднего образования при разработке учебного плана учреждения, реализующего образовательные программы общего среднего образования, общее количество учебных часов, финансируемых из республиканского и (или) местных бюджетов, увеличивается учредителем на проведение учебных занятий по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» с учащимися, которые по состоянию здоровья отнесены к СМГ. На одну группу выделяется 2 учебных часа в неделю.

У каждого учителя физической культуры, который проводит учебные занятия с учащимися СМГ, должны быть следующие документы по планированию учебного материала:

- календарно-тематическое планирование;
- планы-конспекты учебных занятий.

Календарно-тематическое планирование учебного материала утверждается руководителем учреждения общего среднего образования и хранится в учреждении образования у учителя физической культуры, который проводит учебные занятия с учащимися СМГ, в течение всего учебного года.

Учет учебных занятий с учащимися СМГ ведется в классном журнале любого класса на страницах, отведенных для факультативных занятий. Все записи делаются в соответствии с указаниями по ведению классного журнала. При отсутствии учащихся СМГ на учебных занятиях в журнал вносится запись «н».

Занятия с учащимися, отнесенными по состоянию здоровья к ЛФК, должны проводиться по индивидуальным программам медицинскими работниками,

прошедшими специальную подготовку по лечебной физической культуре, в оборудованных для этих целей помещениях организаций здравоохранения.

В классном журнале напротив фамилий учащихся, которые отнесены по состоянию здоровья к СМГ, ЛФК или освобождены от учебных занятий по учебному предмету «Физическая культура и здоровье», в клетках для отметок делается запись «СМГ», «ЛФК» соответственно.

Учащимся, полностью освобожденным по состоянию здоровья от учебных занятий по учебному предмету «Физическая культура и здоровье», в классном журнале в графах для четвертных, годовых отметок вносится запись «осв.».

### **5. Некоторые особенности ведения классного журнала**

Запись учебного материала в графе «Содержание учебных занятий» должна соответствовать одной или нескольким темам учебного занятия, быть краткой и лаконичной. Допускается делать сокращения в словах.

Учащимся, временно освобожденным от учебных занятий по учебному предмету «Физическая культура и здоровье», в классном журнале делается краткая запись «осв. до ...» (в соответствии с датой в медицинской справке).

Изучение каждого раздела учебной программы должно начинаться с обучения учащихся правилам безопасного поведения (ОПБП) на уроке с учетом изучаемого материала, о чем в классном журнале делается соответствующая запись. Например,

*ОПБП на уроках л/атл.;*

*ОПБП на уроках спортигр.*

На первом учебном занятии по каждому разделу учебной программы в графе «Содержание учебных занятий» следует указывать вид спорта. Например,

*Гимнастика. Два кувырка вперед слитно;*

*Л/атл. Низкий старт. Бег 60 м.*

Последующие записи содержания учебных занятий производятся без указания вида спорта.

Домашнее задание рекомендуется задавать учащимся по усмотрению учителя в индивидуальном порядке в соответствии с требованиями учебных программ.

Домашние задания по своей направленности могут быть трех видов:

задания, связанные с освоением техники отдельных упражнений или комплексов упражнений;

задания, связанные с развитием одного или нескольких физических качеств;

задания, связанные с самостоятельным усвоением теоретических сведений.

Учащиеся I–XI классов, отнесенные по состоянию здоровья к основной группе, в первой и последней четвертях учебного года выполняют тестовые упражнения для определения уровня физической подготовленности (кроме учащихся I класса в I четверти).

Показатели уровня физической подготовленности учащихся заносятся учителем на страницы в конце классного журнала. Первая страница должна быть заполнена до октября текущего учебного года, вторая страница – не позднее последней учебной недели учебного года.

Учащимся, освобожденным по состоянию здоровья от выполнения одного или нескольких тестовых упражнений, в графе «Результат» делается запись «осв.», то есть «освобожден(а)», а графа «Уровень» (I ступень общего среднего образования), «отметка» (II, III ступени общего среднего образования) остается незаполненной. У учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к подготовительной группе, СМГ, ЛФК

и освобожденных от занятий физической культурой по состоянию здоровья, все графы остаются незаполненными.

На I ступени общего среднего образования итоговый уровень физической подготовленности учащихся не определяется. Результаты каждого из шести тестовых упражнений и соответствующий им уровень развития отдельных физических качеств (низкий, ниже среднего, средний, выше среднего, высокий) заносятся учителем в классный журнал в соответствующие графы.

Учащимся V-XI классов предоставлено право самостоятельно выбирать шесть тестовых упражнений для определения уровня физической подготовленности из предложенных в учебной программе, **при обязательном условии, что эти же тестовые упражнения будут выполняться в конце учебного года.** В конце журнала тем учащимся, которые выполнили все тестовые упражнения, в классный журнал записываются словесная и цифровая отметки уровня физической подготовленности.

**Оценка уровня физической подготовленности  
учащихся учреждений общего среднего образования**

<b>Уровень физической подготовленности</b>	<b>Средний балл</b>	<b>Соответствие 10-балльной шкале</b>
Низкий	0,4 и менее	0
	0,5–1,4	1
	1,5–2,4	2
Ниже среднего	2,5–3,4	3
	3,5–4,4	4
Средний	4,5–5,4	5
	5,5–6,4	6
Выше среднего	6,5–7,4	7
	7,5–8,4	8
Высокий	8,5–9,4	9
	9,5–10	10

Учащимся, не выполнившим одно или несколько тестовых упражнений, словесная отметка за уровень физической подготовленности не выставляется.

В V-VIII классах уровень физической подготовленности учащихся определяется и заносится в классный журнал, но не учитывается при проведении промежуточной и итоговой аттестации.

В классных журналах V-XI классов в каждой четверти перед отметкой за четверть без указания даты проведения учебного занятия учащимся выставляются отметки за освоение содержания разделов учебной программы «Знания», «Основы видов спорта», «Домашние задания». В IX-XI классах в I и IV четвертях к вышеуказанным разделам добавляется раздел «Уровень физической подготовленности».

**6. Аттестация учащихся**

Аттестация учащихся по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» осуществляется в соответствии с Правилами проведения аттестации с учетом рекомендаций, изложенных в письме Министерства образования Республики Беларусь от 19.10.2016 № 05-20/4150/дс «О некоторых вопросах аттестации учащихся».

Аттестация учащихся I-IV классов по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» проводится на содержательно-оценочной основе, которая предусматривает

словесную оценку результатов учебных достижений учащихся без выставления отметок в баллах.

Учащиеся V-XI классов при освоении содержания учебных программ по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» проходят текущую, промежуточную и итоговую аттестацию.

Результаты текущей, промежуточной и итоговой аттестации учащихся V-XI классов оцениваются отметками в баллах по 10-балльной шкале, отметками «зачтено», «не зачтено», «не аттестован(а)», или делается запись «освобожден(а)». Положительными являются отметки от «1» (одного) до «10» (десяти) баллов, «зачтено» и запись «освобожден(а)».

При изучении раздела «Основы видов спорта» оцениваются не только результаты, но и процесс формирования двигательных умений и навыков (освоение учащимися техники физических упражнений). Отметка может выставляться как за законченное упражнение, так и за отдельные его элементы.

Промежуточная аттестация учащихся выражается в выставлении отметок за четверть с учетом результатов текущей аттестации.

При проведении промежуточной и итоговой аттестации по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к СМГ, группе ЛФК (на основании медицинских справок из учреждения здравоохранения), аттестуются в форме «зачтено», «не зачтено», «не аттестован(а)». Учащимся, которые по состоянию здоровья временно или постоянно освобождены от учебных занятий по учебному предмету «Физическая культура и здоровье», за четверть (год) вносится запись «освобожден(а)».

Итоговая аттестация проводится по завершении учебного года и выражается в выставлении отметки за год как среднего арифметического отметок по четвертям, при этом в каждом отдельном случае вопрос необходимо решать в пользу учащегося.

### **7. Организация методической работы**

В целях сохранения здоровья учащихся средствами физической культуры и спорта, повышения эффективности образовательного процесса, создания и обеспечения безопасных условий для занятий по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» рекомендуем включить в планы работы методических объединений учителей на 2020/2021 учебный год следующие вопросы:

нормативно-правовое и учебно-методическое обеспечение физического воспитания учащихся учреждений общего среднего образования;

требования безопасности при организации и проведении организованных форм физического воспитания;

организация работы с учащимися подготовительной группы с учетом дифференцированного подхода к их физическому развитию;

организация занятий с учащимися, отнесенными по состоянию здоровья к СМГ;

формы, методы и средства организации подготовки к районным соревнованиям в урочное и внеурочное время;

подготовка учащихся к участию в олимпиаде по учебному предмету «Физическая культура и здоровье»;

организация работы с высокомотивированными учащимися.

С дополнительной информацией об организации физического воспитания учащихся можно ознакомиться на сайте учреждения «Республиканский центр физического воспитания и спорта учащихся и студентов» (<http://www.sporteducation.by/>).

Приложение 3

УТВЕРЖДЕНО  
Постановление  
Министерства образования  
Республики Беларусь  
20.03.2012 № 24

**ИНСТРУКЦИЯ  
О ПОРЯДКЕ И ОСОБЕННОСТЯХ ПРОХОЖДЕНИЯ ПРАКТИКИ  
СТУДЕНТАМИ, КОТОРЫМ ПОСЛЕ ЗАВЕРШЕНИЯ ОБУЧЕНИЯ  
ПРИСВАИВАЮТСЯ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ КВАЛИФИКАЦИИ**

13. На студентов в период прохождения практики распространяется законодательство об охране труда и правила внутреннего трудового распорядка организации, а на студентов, принятых на работу на вакантные должности, распространяется также законодательство о труде.

22. Студент обязан:

участвовать в курсовых собраниях по организационно-методическим вопросам педагогической практики;

вести дневник практики;

соблюдать правила внутреннего трудового распорядка организации;

выполнять распоряжения администрации организации и непосредственного (непосредственных) руководителя (руководителей) практики;

своевременно оформить и представить отчетную документацию по практике руководителю (руководителям) от кафедры (кафедр).

23. Студент имеет право:

изучать документацию организации в объеме заданий, определенных программой практики;

обращаться к руководителям практики от факультета и кафедр (кафедры), руководителю организации, непосредственному руководителю от организации, другим работникам учреждения высшего образования и организации по организационно-методическим и иным вопросам, возникающим в процессе практики;

вносить предложения по организации и проведению практики;

принимать участие в работе методических объединений, педагогических советов организации;

присутствовать на совещаниях, родительских собраниях и других учебно-методических мероприятиях в организации;

пользоваться библиотекой, кабинетами, учебно-методической документацией, спортивным инвентарем, другим оборудованием, необходимым для выполнения программы практики.

24. Во время прохождения практики студент под контролем непосредственного руководителя практики от организации выполняет программу практики и отражает ход ее выполнения в дневнике прохождения практики.

В течение последней недели практики студент составляет письменный отчет о выполнении программы практики. Отчет должен быть подписан студентом,

непосредственным руководителем практики от организации и утвержден руководителем (заместителем руководителя) организации. По окончании практики непосредственный руководитель практики от организации оформляет письменный отзыв о прохождении практики студентом.

По окончании практики студент представляет отчетную документацию, указанную в настоящем пункте, а также другие материалы, предусмотренные программой практики, руководителю (руководителям) практики от кафедр (кафедры).

25. В течение первых двух недель после окончания практики проводится курсовое собрание по организационно-методическим вопросам и принимается дифференцированный зачет. Если практика проходит после летней экзаменационной сессии, то дифференцированный зачет принимается в течение первых двух недель следующего учебного года.

Дифференцированный зачет принимается при наличии у студента обязательной отчетной документации и других материалов в соответствии с критериями, предусмотренными программой практики.

26. Студенты заочной формы получения образования, работающие по специальности, соответствующей профилю подготовки в учреждении высшего образования, могут проходить практику по месту работы.

27. Студент, не выполнивший программу практики, получивший отрицательный отзыв руководителя практики от организации и (или) неудовлетворительную отметку при сдаче дифференцированного зачета руководителю практики от кафедры, приказом руководителя учреждения высшего образования повторно (не более одного раза) направляется на практику в свободное от обучения время.

«УТВЕРЖДЕНО»

Председатель комиссии кафедры СДМП

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**ИТОГОВЫЙ ОТЧЕТ****о производственной педагогической практике в общеобразовательном учреждении**

студента \_\_\_\_\_  
 группы \_\_\_\_ факультета физического воспитания с «\_\_» \_\_ по «\_\_» \_\_ 20\_\_ г.

**1. Учебная работа**

- 1.1. Проведено \_\_\_\_ уроков: из них \_\_\_\_ в \_\_\_\_ классе и \_\_\_\_ в \_\_\_\_ классе.  
 1.2. Проведено \_\_\_\_ секционных (факультативных) занятий \_\_\_\_\_ по \_\_\_\_\_.

**2. Учебно-методическая работа**

- 2.1. Посещено \_\_\_\_ уроков физической культуры и здоровья, проводимых учителем и \_\_\_\_ зачетных уроков практикантов с участием в их обсуждении.  
 2.2. Изготовлено \_\_\_\_ наглядных пособий (схем, учебных карточек, слайдов и т. п.).

**3. Организационно-методическая работа**

- 3.1. Составлено \_\_\_\_ положений о соревнованиях и других мероприятиях.  
 3.2. Проведено \_\_\_\_ судейств соревнований по \_\_\_\_\_.  
 3.3. Принято участие в \_\_\_\_ заседаниях МО учителей физической культуры.  
 3.4. Принято участие в \_\_\_\_ методических совещаниях группы практикантов.

**4. Внеклассная работа по физической культуре**

- 4.1. Принято участие в организации и проведении \_\_\_\_ физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий:  
 – спортивных соревнований \_\_\_\_\_;  
 – дней здоровья, спортивных праздников и др. \_\_\_\_\_.

**5. Учебно-исследовательская работа**

- 5.1. Исследовано физическое развитие и физическая подготовленность \_\_\_\_ учащихся (\_\_\_\_ мальчиков, \_\_\_\_ девочек) \_\_\_\_\_ классов.

**6. Воспитательная работа**

- 6.1. Проведено \_\_\_\_ бесед, лекций, диспутов и т. д. с учащимися \_\_\_\_\_ классов.  
 6.2. Принято участие в организации и проведении \_\_\_\_ воспитательных мероприятий.

Студент-практикант \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /  
 Учитель физической культуры и здоровья \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /  
 Групповой руководитель \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор СОШ (ГУО) № \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

(Ф.И.О.)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

### ОТЧЕТ

по производственной педагогической практике в общеобразовательном учреждении \_\_\_\_\_

студента \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ курса, группы « \_\_\_\_ » факультета физического воспитания

#### 1. ВВЕДЕНИЕ

1.1. Цель \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

1.2. Место \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

1.3. Время прохождения (сроки) \_\_\_\_\_

1.4. Последовательность прохождения практики \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

1.5. Перечень работ, выполненных в процессе практики

#### Учебная работа

Проведено \_\_\_\_\_ уроков: из них \_\_\_\_\_ в \_\_\_\_\_ классе и \_\_\_\_\_ в \_\_\_\_\_ классе.

Проведено внеклассных занятий \_\_\_\_\_ по \_\_\_\_\_.

#### Учебно-методическая работа

Составлено \_\_\_\_\_ положений о соревнованиях, спортландиях и других спортивных мероприятиях \_\_\_\_\_.

Проведено \_\_\_\_\_ анализов уроков по физической культуре.

Изготовлено \_\_\_\_\_ наглядных пособий (плакатов, схем, карточек).



### Организационно-методическая работа

Принято участие в организации и проведении \_\_\_\_ спортивно-массовых и других мероприятиях.

Проведено \_\_\_\_ судейств соревнований по \_\_\_\_\_.

Проведено \_\_\_\_ бесед по профессиональной ориентации с учащимися школы.

Принято участие в \_\_\_\_ методических совещаниях бригады практикантов.

### Учебно-исследовательская работа

Обследовано \_\_\_\_ школьников ( \_\_\_\_ мальчиков, \_\_\_\_ девочек) \_\_\_\_\_ классов по тестам программы по физической культуре.

### Воспитательная работа

Проведено \_\_\_\_ бесед, \_\_\_\_ лекций по основам специальных знаний в области ФК и С с учащимися \_\_\_\_ классов.

Проведено \_\_\_\_ бесед по правилам поведения в школе, зале, на стадионе и т. п.

## 2. ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

2.1. Описание организации работы в процессе практики

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

2.2. Описание выполненной работы по разделам программы практики и индивидуального задания \_\_\_\_\_

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

2.3. Описание практических задач, решаемых студентом за время прохождения практики \_\_\_\_\_

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

2.4. Затруднения, которые возникли при прохождении практики \_\_\_\_\_

---



---

---

---

---

**3. ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

3.1. *Какие навыки приобрел студент за время практики* \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

3.2. *Характеристика нормативно-правовой базы, информационно-программных продуктов, необходимых студенту для прохождения практики* \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

3.3. *Предложения и рекомендации студента по совершенствованию организации практики* \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

Студент-практикант \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

Учитель физической культуры и здоровья \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

Групповой руководитель \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

**ХАРАКТЕРИСТИКА**Студента-практиканта \_\_\_\_\_ проходившего  
производственную педагогическую практику в ООУ \_\_\_\_\_

с \_\_\_\_\_ по \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

№ п/п	Разделы практики	Оценка	Подпись учителя	Оценка	Подпись гр. рук.
1	Учебная работа				
2	Учебно-методическая работа				
3	Организационно-методическая работа				
4	Воспитательная работа				
5	Учебно-исследовательская работа				
6	Отношение к практике				
7	Оценка по специальности				
8	Оценка по разделу педагогики				
9	Оценка по разделу психологии				
10	Итоговая оценка				

Подпись учителей подтверждаю \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

Директор ООУ

Дата \_\_\_\_\_ М. П.

### Протокол исследования физического развития и тестирования физической подготовленности

учащихся \_\_\_\_\_ класса (мальчики, юноши) \_\_\_\_\_ Дата проведения \_\_\_\_\_

(название учреждения образования)

№ п/п	Ф.И.О.	Год рождения число и месяц	Исследование физического развития							Тестирование физической подготовленности															
			Рост, см	Вес, кг	Оценка	ОГК, см	Оценка	ЖЕЛ, мл	Оценка	Наклон вперед, см	Оценка	Подтягиван. П/тул. за мин	Оценка	Прыжок в дл. с/м, см	Оценка	Ч/бег 4х9м, сек	Оценка	Бег 30 м, сек	Оценка	Бег ___ м (м) ___ м (д),	Оценка	Сумма баллов	Оценка	Уровень Физ. подг.	
1																									
2																									
3																									
4																									
5																									
6																									
7																									
8																									
9																									
10																									
11																									
12																									
13																									
14																									
15																									
16																									
17																									
Среднее значение $\bar{x}$																									
Ошибка среднего $S_{\bar{x}}$																									
Ср. квадратич. откл. $\sigma$																									
Коеф. вариации $\nu$																									

Директор \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

### Протокол исследования физического развития и тестирования физической подготовленности

учащихся \_\_\_\_\_ класса (девочки, девушки) \_\_\_\_\_ Дата проведения \_\_\_\_\_  
 (название учреждения образования)

№ п/п	Ф.И.О.	Год рождения число и месяц	Исследование физического развития							Тестирование физической подготовленности																
			Рост, см	Вес, кг	Оценка	ОГК, см	Оценка	ЖЕЛ, мл	Оценка	Наклон вперед, см	Оценка	Подтягиван. П/тул. за мин	Оценка	Прыжок в дл. с/м, см	Оценка	Ч/бег 4х9м, сек	Оценка	Бег 30 м, сек	Оценка	Бег ___ м (м) ___ м (д),	Оценка	Сумма баллов	Оценка	Уровень Физ. подг.		
1																										
2																										
3																										
4																										
5																										
6																										
7																										
8																										
9																										
10																										
11																										
12																										
13																										
14																										
15																										
16																										
17																										
Среднее значение $\bar{x}$																										
Ошибка среднего $S_{\bar{x}}$																										
Ср. квадратич. откл. $\sigma$																										
Коеф. вариации $V$																										

Директор \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / Учитель \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / Студент \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

**Протокол исследования физического развития и тестирования физической подготовленности**

учащихся \_\_\_\_\_ класса (мальчики, юноши) \_\_\_\_\_ Дата проведения \_\_\_\_\_

(название учреждения образования)

№ п/п	Ф.И.О.	Год рождения число и месяц	Исследование физического развития							Тестирование физической подготовленности																			
			Рост, см	Вес, кг	Оценка	ОГК, см	Оценка	ЖЕЛ, мл	Оценка	Наклон вперед, см	Оценка	Подтягиван. П/тул. за мин	Оценка	Прыжок в дл. с/м, см	Оценка	Ч/бег 4х9м, сек	Оценка	Бег 30 м, сек	Оценка	Бег ___ м (м) ___ м (д),	Оценка	Сумма баллов	Оценка	Уровень Физ. подг.					
1																													
2																													
3																													
4																													
5																													
6																													
7																													
8																													
9																													
10																													
11																													
12																													
13																													
14																													
15																													
16																													
17																													
	Среднее значение $\bar{x}$																												
	Ошибка среднего $S_{\bar{x}}$																												
	Ср. квадратич. откл. $\sigma$																												
	Коэф. вариации $v$																												

Директор \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / Учитель \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / Студент \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

**Протокол исследования физического развития и тестирования физической подготовленности**  
 учащихся \_\_\_\_\_ класса (девочки, девушки) \_\_\_\_\_ Дата проведения \_\_\_\_\_  
 (название учреждения образования)

№ п/п	Ф.И.О.	Год рождения число и месяц	Исследование физического развития							Тестирование физической подготовленности														
			Рост, см	Вес, кг	Оценка	ОГК, см	Оценка	ЖЕЛ, мл	Оценка	Наклон вперед, см	Оценка	Подтягиван. П/тул. за мин	Оценка	Прыжок в дл. с/м, см	Оценка	Ч/бег 4x9м, сек	Оценка	Бег 30 м, сек	Оценка	Бег _____ м (м) _____ м (д),	Оценка	Сумма баллов	Оценка	Уровень Физ. подг.
1																								
2																								
3																								
4																								
5																								
6																								
7																								
8																								
9																								
10																								
11																								
12																								
13																								
14																								
15																								
16																								
17																								
Среднее значение $\bar{x}$																								
Ошибка среднего $S_{\bar{x}}$																								
Ср. квадратич. откл. $\sigma$																								
Коэф. вариации $v$																								

Директор \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / Учитель \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / Студент \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

*Учебное издание*

**ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ  
ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА**

Рабочая тетрадь

*Авторы-составители:* **БЕСПУТЧИК** Владимир Георгиевич  
**ШУКЕВИЧ** Лидия Васильевна  
**ЯКУБОВИЧ** Сергей Константинович

Подписано в печать Формат Бумага офсетная  
Гарнитура Таймс. Ризография. Усл. печ. л. Уч-изд. л.

Тираж, Заказ

Издатель и полиграфическое исполнение:  
Учреждение образования «Брестский государственный университет им. А.С. Пушкина»