

ПОРТФОЛІО



вчителя фізичної культури
філії Старосинявського НВК
«Загальноосвітня школа І-ІІІ ст, гімназія»
ім. О. Романенка - Заставецька ЗОШ І-ІІ ст.

Штуня

Валентина

Михайлович



З М І С Т

Візитна картка

Самоосвіта

Навчальна діяльність

Навчально-матеріальна база

Позакласна робота

Мої досягнення



Візитна картка



Кам'янець – Подільський державний педагогічний університет

**Освіта:
вища**



Фах за дипломом.

Вчитель фізичної культури,

Спеціальність за дипломом:

Педагогіка та методика середньої освіти, Фізична
культура,



АТТЕСТАТ

о среднем образовании

Настоящий аттестат выдан Штуню
Валентину Михайловичу
родивше^{ся} в с. Глазово-Гудановка
Старосинявского р-на
Хмельницкой обл. 1970 года,

в том, что он в 1987 году окончил полный
курс Старосинявской средней
школы Старосинявского р-на
Хмельницкой области

и обнаружил при хорошем поведении и
удовлет прилежании к учению и общест-
венно полезному труду следующие знания:

Штуню Валентин Михайлович

Прізвище, ім'я, по батькові: **Штунь Валентин**

Дата народження: **27 лютого 1970 року**



Посада: **вчитель фізичної культури**

Загальний педагогічний стаж: **_27_**

У Заставецькій ЗОШ I-II ст працюю: **4 роки**

Домашня адреса: **Хмельницька область
Старосинявський район с. Заставці**



**Моє
педагогічне**

Моє кредо:
життєве здоров'я дітей -
кредо: багатство
завжди досягати країни
поставленої мети,
не зважаючи
на життєві
перешкоди

[illegible]

АТЕСТАЦІЯ

**ВЧИТЕЛЬ
І КАТЕГОРІЇ**

**АТЕСТУВАВСЯ У
_____2013_РОЦІ**



Проблема, над якою працюю:

**Формування в учнів
умінь і навичок самотій
занять фізичними вправами**



ФОРМУВАННЯ ФІЗИЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ДИТИНИ



НАВЧАЛЬНІ ЗАВДАННЯ:

1. Формувати вміння та навички основних життєво важливих рухових дій (ходьби, бігу, стрибків, метання).
2. Формувати вміння та навички особистості та громадської гігієни.
3. Надавати знання щодо занять фізичними вправами.

ОЗДОРОВЧО-РОЗВИВАЛЬНІ ЗАВДАННЯ:

1. Підвищувати опірність організму до впливів зовнішнього середовища.
2. Сприяти розвитку кісткової системи, суглобів, становленню правильної форми хребта, а також зміцненню та пропорційному розвитку всіх груп м'язів.
3. Сприяти розвитку серцево-судинної, дихальної, нервової систем і покращенню процесів обміну речовин.

ВИХОВНІ ЗАВДАННЯ:

1. Розвивати психічні якості: увагу, пам'ять, сприйняття та здатність відтворювати побачене і почуте .
2. Привчати до дисципліни, ввічливості, дотримання правил поведінки в колективі, спілкування з ровесниками і старшими.
3. Сприяти розвитку витримки і працьовитості.



Різновиди уроків фізичної культури

За характером змісту

предметні

характеризуються тим, що у змісті основної частини передбачається навчальний

матеріал з одного розділу програми

комплексні

включають в себе матеріал з різних розділів шкільної програми

За спрямованістю

навчальні

переважно спрямовані на засвоєння техніки виконання вправ, виявлення помилок під час виконання вправ та їх усунення

тренувальні

проводяться з метою удосконалення вивченого матеріалу і розвитку фізичних якостей

контрольні

розв'язують завдання контролю за ходом засвоєння вправ, виховання фізичних якостей

змішані

проводяться найчастіше; включають в себе елементи всіх інших уроків

**ФОРМИ
ФІЗИЧНОГО
ВИХОВАННЯ**

уроки фізичної
культури

ранкова
гігієнічна
гімнастика

фізкультурні
хвилини на
уроках

заняття в
фізкультурних
гуртках

фізичні вправи
та рухливі ігри

щоденні
самостійні
фізкультурні
заняття

фізкультурні
паузи під час
виконання
завдань

щоденні
фізкультурні
заняття

стрійові і
загальнорозви-
ваючі вправи

рухливі та
спортивні ігри

гімнастика,
легка атлетика

вправи основ-
ної, спортивної
акробатики

ЗАСОБИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

катання на
санчатах,
велосипедах

гігієнічні і
загартувальні
процедури

танцювальні
вправи

Пішохідні
прогулянки



Навчально-матеріальна база

Спортивний зал
5*5 кв.м

Скакалки – 10 шт.

Тенісні столи – 2 шт.

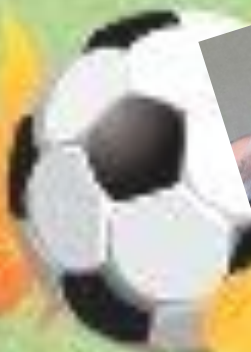
Футбольні м'ячі – 4шт.

Волейбольні м'ячі – 4 шт.

Баскетбольні м'ячі – 3 шт.

Мати гімнастичні – 2 шт.

Гімнастичні стінки великі –
1 шт.





сприяти
зміцненню здоров'я,
загартовуванню
організму, різнобічному
фізичному розвитку
учнів

сприяти школі у
виконанні
навчально-
виховних
завдань

ЗАВДАННЯ ПОЗАКЛАСНОЇ РОБОТИ

прищеплювати
учням любов до
систематичним
занять фізичної
культурою і
спортом

організовувати
здоровий
відпочинок учнів

поглиблювати
і розширювати
знання, вміння,
навички, одержувані
учнями під час
уроків фізич-
ної культури



Походи

Масові
заходи

Дні
здоров'я

Змагання,
конкурси

Спор-
тивні
секції

Ігри

МОЇ ДОСЯГНЕННЯ

На районних змаганнях мої вихованці
добились такого результату:



