

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение высшего образования  
«Тульский государственный университет»

Институт педагогики, физической культуры, спорта и туризма  
Кафедра «Физкультурно-оздоровительные технологии»

Утверждено на заседании кафедры  
«Физкультурно-оздоровительные  
технологии»  
«25» марта 2021г., протокол №7  
Заведующий кафедрой  
\_\_\_\_\_ С.А. Архипова

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**производственной практики (организационной практики)**  
**основной профессиональной образовательной программы**  
**высшего образования – программы бакалавриата**

по направлению подготовки

**49.03.01 Физическая культура**

с направленностью (профилем)

**Физкультурно-оздоровительные технологии**

Форма обучения: очная, заочная

Идентификационный номер образовательной программы: 490301-01-21

Тула 2021 год

**ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ**  
**рабочей программы практики**

**Разработчик(и):**

Архипова С.А., зав. каф. ФОТ, к.п.н.

\_\_\_\_\_

## **1 Цель и задачи прохождения практики**

**Целью** прохождения практики является совершенствование и углубление теоретической подготовки бакалавров, приобретение ими практических навыков и компетенций, а также опыта самостоятельной профессиональной деятельности.

**Задачами** прохождения практики являются:

- изучение структуры и организации работы кафедры «Физическое воспитание и спорт»;
- проверка уровня профессиональной подготовленности бакалавров;
- знакомство студентов с профессиональной деятельностью;
- применение знаний, умений и навыков, полученных студентами в процессе обучения;
- приобретение профессионально-педагогических навыков в организации и проведении учебно-тренировочных занятий на кафедре ФВиС;
- формирование устойчивого интереса к профессиональной деятельности.

## **2 Вид, тип практики, способ (при наличии) и форма (формы) ее проведения**

Вид практики – производственная практика.

Тип практики – организационная практика.

Способ проведения практики – стационарная.

Форма проведения практики – дискретно по периодам проведения практик - путем чередования в календарном учебном графике периодов учебного времени для проведения практик с периодами учебного времени для проведения теоретических занятий.

Учебный процесс по практике организуется в форме практической подготовки обучающихся.

## **3 Перечень планируемых результатов обучения при прохождении практики, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

Перечень планируемых результатов обучения при прохождении практики, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы (формируемыми компетенциями) и индикаторами их достижения, установленными в общей характеристике основной профессиональной образовательной программы, приведён ниже.

В результате прохождения практики обучающийся должен:

### **Знать:**

1) методы оценки уровня развития физических качеств, координационных способностей и спортивно-технического мастерства занимающихся (код компетенции – ПК-2, код индикатора – ПК-2.1);

2) правила использования спортивного оборудования и инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений (код компетенции – ПК-2, код индикатора – ПК-2.1);

3) методику преподавания, режимы тренировочной работы (код компетенции – ПК-3, код индикатора – ПК-3.1);

4) технологии профессионального спортивного совершенствования спортсменов (код компетенции – ПК-3, код индикатора – ПК-3.1);

5) виды, особенности применения восстановительных средств в виде спорта (код компетенции – ПК-3, код индикатора – ПК-3.1);

6) правила использования спортивного оборудования, тренажеров, техники и инвентаря для тренировочных занятий со спортсменами (код компетенции – ПК-3, код индикатора – ПК-3.1);

7) программу спортивной подготовки по виду спорта (код компетенции – ПК-5, код индикатора – ПК-5.1);

8) правила вида спорта (код компетенции – ПК-5, код индикатора – ПК-5.1);

9) этические нормы в области спорта (код компетенции – ПК-5, код индикатора – ПК-5.1).

#### **Уметь:**

1) пользоваться спортивным оборудованием и инвентарем (код компетенции – ПК-2, код индикатора – ПК-2.2);

2) обеспечивать выполнение индивидуальных и групповых планов тренировок (код компетенции – ПК-3, код индикатора – ПК-3.2);

3) соблюдать нравственные и этические нормы в процессе коммуникации (код компетенции – ПК-3, код индикатора – ПК-3.2);

4) пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи (код компетенции – ПК-3, код индикатора – ПК-3.2);

5) контролировать физическое, функциональное и психическое состояние спортсменов (код компетенции – ПК-3, код индикатора – ПК-3.2);

6) применять технические средства, спортивное оборудование для проведения тренировочных занятий со спортсменами (код компетенции – ПК-3, код индикатора – ПК-3.2);

7) использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности обучающихся (код компетенции – ПК-5, код индикатора – ПК-5.2);

8) формировать структуру действий занимающегося в зависимости от фазы соревновательной деятельности (код компетенции – ПК-5, код индикатора – ПК-5.2);

9) оценивать и координировать навыки планирования и реализации тактики ведения соревновательной деятельности занимающегося (код компетенции – ПК-5, код индикатора – ПК-5.2).

#### **Владеть:**

1) применения измерительных приборов (код компетенции – ПК-2, код индикатора – ПК-2.3);

2) проведения тренировочного процесса (код компетенции – ПК-3, код индикатора – ПК-3.3);

3) контроля развития физических качеств спортсменов, обеспечения роста интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, командного взаимодействия, совершенствования универсальной физической и технико-тактической подготовки (код компетенции – ПК-3, код индикатора – ПК-3.3);

4) постановки и контроля исполнения физиологической задачи тренировок, моделирования оптимальной тренировочной нагрузки, контроля оптимального соотношения (со-размерности) различных сторон подготовленности спортсменов (код компетенции – ПК-3, код индикатора – ПК-3.3);

5) анализа и разбора с занимающимся его соревновательной практики и соревновательной практики соперников, изучение кино- и видеоматериалов, специальной литературы, в том числе иностранной (код компетенции – ПК-5, код индикатора – ПК-5.3);

6) систематического учета, анализа, обобщения результатов работы (код компетенции – ПК-5, код индикатора – ПК-5.3);

7) выбора тактического варианта выступления занимающегося в соревновании, адекватного цели выступления и возможностям предполагаемых соперников (код компетенции – ПК-5, код индикатора – ПК-5.3);

8) контроля прохождения занимающимся формальных процедур для участия в спортивных соревнованиях, в том числе процедур допинг-контроля (код компетенции – ПК-5, код индикатора – ПК-5.3);

9) контроля справедливости судейства, исполнения апелляционных процедур (код компетенции – ПК-5, код индикатора – ПК-5.3).

Полные наименования компетенций и индикаторов их достижения представлены в общей характеристике основной профессиональной образовательной программы.

#### **4 Место практики в структуре образовательной программы**

Практика относится к части основной профессиональной образовательной программы, формируемой участниками образовательных отношений.

Практика проводится в 7 семестре.

#### **5 Объем практики в зачетных единицах и ее продолжительность в неделях либо в академических часах**

| Номер семестра       | Формы промежуточной аттестации | Общий объем в зачетных единицах | Продолжи-тельность |                        | Объем контактной работы в академических часах   |                            | Объем иных форм образовательной деятельности в академических часах |
|----------------------|--------------------------------|---------------------------------|--------------------|------------------------|-------------------------------------------------|----------------------------|--------------------------------------------------------------------|
|                      |                                |                                 | в неделях          | в академи-ческих часах | Работа с руководителем практики от университета | Промежу-точная атте-стация |                                                                    |
| Очная форма обучения |                                |                                 |                    |                        |                                                 |                            |                                                                    |
| 7                    | ДЗ                             | 3                               | ДППП               | 108                    | 0.75                                            | 0,25                       | 107                                                                |

Условные сокращения: ДЗ – дифференцированный зачет (зачет с оценкой); ДППП – практика проводится дискретно по периодам проведения практик - путем чередования в календарном учебном графике периодов учебного времени для проведения практик с периодами учебного времени для проведения теоретических занятий, продолжительность практики исчисляется только в академических часах.

К иным формам образовательной деятельности при прохождении практики относятся:

- ознакомление с техникой безопасности;
- изучение технической документации базы практики;
- выполнение обучающимся индивидуального задания под руководством руководителя практики;
- выполнение обучающимся индивидуального задания;
- составление обучающимся отчёта по практике.

#### **6 Структура и содержание практики**

Обучающиеся в период прохождения практики выполняют индивидуальные задания, предусмотренные рабочей программой практики, соблюдают правила внутреннего распорядка организации, на базе которой проводится практика, соблюдают требования охраны труда и пожарной безопасности.

Производственная практика проводится на базе кафедры «Физическое воспитание и спорт» ТулГУ, имеющей необходимые условия для организации практики.

Обучающиеся составляют планы-конспекты занятий, самостоятельно проводят занятия по физической культуре, физкультурно-спортивные праздники и соревнования по видам спорта.

### **Содержание практики:**

#### **Организационная работа**

1. Участие в установочной конференции по практике.
2. Изучение программы практики.
3. Разработка индивидуального рабочего плана на период практики.

#### **Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа**

4. Самостоятельное проведение физкультурно-оздоровительных занятий.
5. Проведение контрольного физкультурно-оздоровительного занятия.
6. Организация и проведение физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия.
7. Проведение педагогического тестирования прикрепленной группы.
8. Проведение педагогического наблюдения и контроля физкультурно-оздоровительной деятельности.

#### **Методическая работа**

9. Разработка и оформление конспектов для самостоятельного проведения физкультурно-оздоровительных занятий.
10. Разработка и оформление конспекта для проведения контрольного физкультурно-оздоровительного занятия.
11. Составление плана физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.
12. Разработка положения и сценария физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия.

#### **Научно-исследовательская работа**

13. Анализ методик научного исследования и сбор информации для квалификационной работы.
14. Поиск литературных источников по проблеме выпускной квалификационной работы.

#### **Финансово-экономическая работа**

15. Составление сметы для проведения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия и отчета.
16. Составление финансового отчёта о проведении физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия.
17. Планирование оснащения физкультурно-спортивной организации соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем

#### **Оценочно-результативная работа**

18. Самоанализ и самооценка профессиональной подготовленности, обсуждение результатов практики, пожелание практиканта по устранению недостатков.
19. Участие в итоговой конференции.

### Этапы (периоды) проведения практики

| № | Этапы (периоды) проведения практики | Виды работ                                                                                                    |
|---|-------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Организационный                     | Проведение организационного собрания. Инструктаж по технике безопасности. Разработка индивидуального задания. |
| 2 | Основной                            | Выполнение индивидуального задания.                                                                           |
| 3 | Заключительный                      | Составление отчёта по практике. Защита отчёта по практике (дифференцированный зачет).                         |

### Примеры индивидуальных заданий

**Задание 1.** Принять участие в установочной конференции по практике.

**Задание 2.** Разработать индивидуальный рабочий план на период практики.

**Задание 3.** Самостоятельно провести физкультурно-оздоровительное занятие.

**Задание 4.** Провести контрольное физкультурно-оздоровительное занятие.

**Задание 5.** Организовать и провести физкультурно-оздоровительное или спортивно-массовое мероприятие.

**Задание 6.** Провести педагогическое тестирование прикрепленной группы.

**Задание 7.** Провести педагогическое наблюдение и контроль физкультурно-оздоровительной деятельности.

**Задание 8.** Разработать и оформить конспекты для самостоятельного проведения физкультурно-оздоровительных занятий.

**Задание 9.** Разработать и оформить конспект для проведения контрольного физкультурно-оздоровительного занятия.

**Задание 10.** Составить план физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.

**Задание 11.** Разработать положения и сценарий физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия.

**Задание 12.** Выполнить анализ методик научного исследования и сбор информации для квалификационной работы.

**Задание 13.** Составить смету для проведения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия и отчета.

**Задание 14.** Составить финансовый отчёт о проведении физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия.

**Задание 15.** Спланировать оснащение физкультурно-спортивной организации соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем.

## 7 Формы отчетности по практике

Промежуточная аттестация обучающегося по практике проводится в форме дифференцированного зачета (зачета с оценкой), в ходе которого осуществляется защита обучающимся отчета по практике. Шкала соответствия оценок в стобалльной и академической системах оценивания результатов обучения при прохождении практики представлена ниже.

| Система оценивания результатов обучения | Оценки |         |         |          |
|-----------------------------------------|--------|---------|---------|----------|
| Стобалльная система оценивания          | 0 – 39 | 40 – 60 | 61 – 80 | 81 – 100 |

| Система оценивания результатов обучения                     | Оценки              |                   |        |         |
|-------------------------------------------------------------|---------------------|-------------------|--------|---------|
| Академическая система оценивания (дифференцированный зачет) | Неудовлетворительно | Удовлетворительно | Хорошо | Отлично |

Дифференцированный зачет за прохождение практики определяется по конечному результату и формируется в процессе защиты отчета по практике. Он складывается из следующих составляющих:

1. качество выполнения программы практики (включая индивидуальное задание) – до 50 баллов;
2. качество оформления отчета – до 20 баллов;
3. отзыв со стороны руководителя практикой – до 10 баллов;
4. качество защиты отчета по практике – до 20 баллов.

#### **Требования к отчёту по практике**

В форме отчета должно быть обязательно предусмотрены:

1. Отчёт обучающегося.
2. Отзыв руководителя практики

Отчет предоставляется в виде заполненного от руки дневника практиканта.

### **8 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по практике**

Ниже приведен перечень контрольных вопросов и (или) заданий, которые могут быть предложены обучающемуся в рамках защиты отчета по практике. Они позволяют оценить достижение обучающимся планируемых результатов обучения, указанных в разделе 3.

#### **Перечень контрольных вопросов и (или) заданий**

1. Назовите методы оценки уровня развития физических качеств занимающихся (код компетенции – ПК-2, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3)
2. Какие уровни развития координационных способностей и спортивно-технического мастерства занимающихся Вам известны? (код компетенции – ПК-2, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3)
3. Перечислите правила использования спортивного оборудования и инвентаря (код компетенции – ПК-2, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3)
4. Перечислите правила использования контрольно-измерительных приборов и средств измерений (код компетенции – ПК-2, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3)
5. Какие режимы тренировочной работы Вы применяли в процессе прохождения практики? (код компетенции – ПК-3, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-3.1, ПК-3.2, ПК-3.3)
6. Применяли ли Вы во время практики технологии профессионального спортивного совершенствования? Если «да», то какие? (код компетенции – ПК-3, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-3.1, ПК-3.2, ПК-3.3)
7. Назовите виды и особенности применения восстановительных средств в виде спорта (код компетенции – ПК-3, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-3.1, ПК-3.2, ПК-3.3)
8. Применяли ли Вы технические средства, спортивное оборудование для проведения тренировочных занятий во время практики? (код компетенции – ПК-3, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-3.1, ПК-3.2, ПК-3.3)

9. Назовите правила использования спортивного оборудования и тренажеров (код компетенции – ПК-3, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-3.1, ПК-3.2, ПК-3.3)

10. Назовите правила использования техники и инвентаря для тренировочных занятий (код компетенции – ПК-3, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-3.1, ПК-3.2, ПК-3.3)

11. Овладели ли Вы во время практики навыками проведения тренировочного процесса? (код компетенции – ПК-3, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-3.1, ПК-3.2, ПК-3.3)

12. Какие методы планирования тренировочного процесса Вы применяли в процессе прохождения практики? (код компетенции – ПК-5, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-5.1, ПК-5.2, ПК-5.3)

13. Какие методики контроля и оценки физической подготовленности обучающихся Вы использовали во время практики? (код компетенции – ПК-4, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-5.1, ПК-5.2, ПК-5.3)

14. Как Вы определяли предельные тренировочные нагрузки занимающихся во время практики? (код компетенции – ПК-5, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-5.1, ПК-5.2, ПК-5.3)

15. Как Вы формировали структуру действий занимающегося в зависимости от фазы соревновательной деятельности? (код компетенции – ПК-5, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-5.1, ПК-5.2, ПК-5.3)

16. Как проходил систематический учет, анализ и обобщение результатов работы во время практики? (код компетенции – ПК-5, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-5.1, ПК-5.2, ПК-5.3)

## **9 Описание материально-технической базы, необходимой для проведения практики**

Для проведения практики требуется наличие стандартных спортивных залов с аудио-техникой, зала аэробики с зеркалами, а также инвентаря и оборудования: фитболы, степ-платформы, мячи гимнастические, гантели, палки гимнастические, скакалки, обручи, гимнастические коврики, напольные весы.

## **10 Перечень учебной литературы и ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для проведения практики**

### **Основная литература**

1. Барчуков И.С. Физическая культура и физическая подготовка [Электронный ресурс]: учебник / Барчуков И.С., Назаров Ю.Н., Кикоть В.Я. — Электрон. текстовые данные. — М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2012. — 431 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/15491> — ЭБС «IPRbooks», по паролю.

2. Карась Т.Ю. Теория и методика физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебно-практическое пособие / Карась Т.Ю. — Электрон. текстовые данные. — Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2012. — 131 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22259> — ЭБС «IPRbooks», по паролю.

### **Дополнительная литература**

1. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры / Л.П. Матвеев. — 3-е изд., перераб. и доп. — М.: Физ-ра и спорт: СпортАкадемПресс, 2008. — 544 с.: ил. — (Корифеи спортивной науки).

2. Кокоулина О.П. Основы теории и методики физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие / Кокоулина О.П. — Электрон. текстовые данные. — М.: Евразийский открытый институт, 2011. — 144 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/11049> — ЭБС «IPRbooks», по паролю.

3. Барчуков И.С. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика: учеб. пособие для вузов / И.С. Барчуков, А.А. Нестеров; под общ. ред. Н.Н. Маликова. — М.: Академия, 2006. — 528с.: ил.

4. Максименко А.М. Педагогическая практика студентов по физическому воспитанию в школе: учеб. пособие для вузов / А.М. Максименко. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Физ. культура, 2007. — 128 с.

5. Бордовская Н.В. Педагогика: учеб. пособие для вузов / Н.В. Бордовская, А.А. Реан. — М.[и др.]: Питер, 2006. — 304с.

6. Методика воспитательной работы: Учеб. пособие для вузов / Л.А. Байкова, Л.К. Грибенкина, О.В. Еремкина и др.; Под ред. В.А. Сластенина. — 2-е изд., стер. — М.: Академия, 2004. - 144с.

7. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для вузов / Ж.К. Холодов, В.С.Кузнецов. — М.: Академия, 2000. — 480с.

8. Введение в педагогическую деятельность: учебное пособие для вузов / А.С. Роботова [и др.]; под ред. А.С. Роботовой. — 4-е изд., перераб. — М.: Академия, 2007. — 219с.

9. Митина Л.М. Психология труда и профессионального развития учителя: учеб. пособие для вузов / Л.М.Митина. — М.: Академия, 2004. — 320с.

10. Введение в педагогическую деятельность: учебное пособие для педагогических вузов / А.С. Роботова [и др.]; под ред. А.С. Роботовой. — 2-е изд., стер. — М.: Академия, 2004. — 208с.

#### **Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»**

1. Электронный каталог, обеспечивающим доступ к библиографическим записям, отображающим единый фонд. Режим доступа: <http://library.tsu.tula.ru/>;

2. ЭБС «БиблиоТех»: учебники авторов ТулГУ по всем дисциплинам. Режим доступа: [https://tsutula.bibliotech.ru](https://tsutula.bibliotech.ru;);

3. Научная Электронная Библиотека eLibrary – библиотека электронной периодики. Режим доступа: <http://elibrary.ru/>.

#### **11 Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)**

1. Текстовый редактор Microsoft Word;
2. Программа для работы с электронными таблицами Microsoft Excel;
3. Программа подготовки презентаций Microsoft Power Point;
4. Компьютерная справочная правовая система Консультант Плюс;
5. Пакет офисных приложений «МойОфис».