

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Сыров Игорь Анатольевич
Должность: Директор
Дата подписания: 30.10.2023 14:59:45
Уникальный программный ключ:
b683afe664d7e9f64175886cf9626a198149ad36

СТЕРЛИТАМАКСКИЙ ФИЛИАЛ
ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«УФИМСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ НАУКИ И ТЕХНОЛОГИЙ»

Факультет Кафедра физвоспитания
Кафедра Физической культуры и здоровьесберегающих технологий

Практическая подготовка

Программа практики

вид практики **Учебная**
тип практики **Учебная практика, ознакомительная**
способ проведения **Стационарная**

Направление

49.03.01 Физическая культура
код наименование направления

Программа

Спортивная тренировка в избранном виде спорта

Форма обучения

Заочная

Разработчик (составитель)
канд. психол. н, зав. кафедрой
Крылова А. В.
ученая степень, должность, ФИО

1. Перечень планируемых результатов обучения при прохождении практики	3
1.1. Перечень планируемых результатов освоения образовательной программы	3
1.2. Перечень планируемых результатов обучения при прохождении практики, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций	3
2. Место практики в структуре образовательной программы	8
3. Объем практики в зачетных единицах с указанием количества недель	8
4. Содержание практики	8
5. Формы отчетности по практике	10
6. Учебно-методическое и информационное обеспечение практики	11
6.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для проведения практики.....	11
6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть «Интернет»), необходимых для проведения практики.....	12
6.3. Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационных справочных систем.....	12
7. Материально-техническая база, необходимая для проведения практики	13

1. Перечень планируемых результатов обучения при прохождении практики

1.1. Перечень планируемых результатов освоения образовательной программы

Выпускник, освоивший программу высшего образования, в результате прохождения практики, должен обладать компетенциями, соответствующими виду (видам) профессиональной деятельности, на который (которые) ориентирована программа:

УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач
ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь
ОПК-12. Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики

1.2. Перечень планируемых результатов обучения при прохождении практики, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций

Формируемая компетенция (с указанием кода)	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине (модулю)
УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	УК-1.1. Знает особенности работы с информационными ресурсами	Обучающийся должен знать: <ul style="list-style-type: none">- понятие о системе физической культуры, ее целях, задачах и общих принципах;- основные технологии поиска и сбора информации; - форматы представления информации в компьютере;- правила использования ИКТ и средств связи;- информационно-поисковые системы и базы данных;- технологию осуществления поиска информации;- технологию систематизации полученной информации;- способы статистической обработки данных, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов;- основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами;- виды и формы работы с педагогической и научной литературой;- требования к оформлению

		библиографии (списка литературы)
	УК-1.2. Умеет анализировать информационные источники	Обучающийся должен уметь: - работать с информацией, представленной в различной форме; - обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках.
	УК-1.3. Осуществляет поиск, критический анализ и синтез информации, применяет системный подход для решения поставленных задач	Обучающийся должен иметь опыт: - работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; - критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-спортивной деятельности.
ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	ОПК-7.1. Знает правила техники безопасности, основы профилактики травматизма, правила оказания первой доврачебной помощи	Обучающийся должен знать: - предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; - основные разделы гигиенической науки и их содержания; - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.) - санитарно-гигиенические

		<p>требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором;</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся;
	<p>ОПК-7.2. Соблюдает технику безопасности, профилактику травматизма, оказывает первую доврачебную помощь</p>	<p>Обучающийся должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий); - оценивать санитарно-гигиеническое состояние

		<p>спортивного зала;</p> <ul style="list-style-type: none"> -проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояниях и травматических повреждениях;
	<p>ОПК-7.3. Обеспечивает соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p>Обучающийся должен иметь опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; - использования специальной аппаратуры и инвентаря; - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; - проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом - составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний;
<p>ОПК-12. Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики</p>	<p>ОПК-12.1. Знает нормативные и правовые акты сферы физической культуры и спорта и нормы профессиональной этики</p>	<p>Обучающийся должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - трудовое законодательство Российской Федерации; - законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта; - законодательство Российской Федерации в образовании; - нормативные документы в области физической культуры и спорта; - требования федераций по видам

		<p>спорта к подготовке и проведению спортивных мероприятий;</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила внутреннего трудового распорядка физкультурно-спортивной организации; - нормативные документы в области управления персоналом физкультурноспортивной организации; - нормативные документы в области осуществления контроля качества услуг; - нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией; - требования к оформлению, реквизитам, порядку разработки и утверждения локальных нормативных актов; - требования охраны труда в области образования и физической культуры и спорта; - меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся; - нормативные правовые акты в области защиты прав ребенка; - судебную практику по спорам в области физической культуры и спорта;
	<p>ОПК-12.2. В профессиональной деятельности ориентируется на нормативные правовые акты сферы физической культуры и спорта</p>	<p>Обучающийся должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом; - ориентироваться в судебной практике по спорам в области физической культуры и спорта; - анализировать планирующую и отчетную документацию по вопросам физической культуры и спорта на предмет реалистичности, логичности, соответствия действительному положению дел и удовлетворения формальным требованиям нормативных правовых актов.
	<p>ОПК-12.3. Осуществляет</p>	<p>Обучающийся должен иметь</p>

	<p>профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики</p>	<p>опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики; - разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком установленными нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника; - разработки внутренних порядков организации управленческого учета и отчетности; - составления документов по проведению соревнований;
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

2. Место практики в структуре образовательной программы

Вид практики: Учебная

Тип практики: Учебная практика, ознакомительная

Способ проведения практики: Стационарная

Форма проведения практики: Непрерывно

Практика реализуется в рамках обязательной части

Практика проводится на 2 курсе в 4 семестре

3. Объем практики в зачетных единицах с указанием количества недель

Общая продолжительность практики составляет 2 недели. Общий объем 108 акад. ч., в том числе: в форме контактной работы 1 ч. (в объем контактной работы по практике входит консультации с руководителем практики, защита отчета по практике и сдача дифференцированного зачета по итогам практики), в форме самостоятельной работы 107 ч. (включая подготовку к защите отчета по практике и сдаче дифференцированного зачета по итогам практики).

4. Содержание практики

№ п/п	Разделы (этапы) практики	Виды и содержание работ, в т. ч. самостоятельная работа обучающегося	Форма текущего контроля и промежуточная аттестация
1	Подготовительный этап	<ol style="list-style-type: none"> 1. Установочная конференция 2. Ознакомление с организационной структурой учреждения, администрацией учреждения, инструктором физической культуры, 	Руководители практики проводят консультации для студентов

		<p>медицинским персоналом.</p> <p>3. Ознакомление с материально-технической базой учреждения, планом работы, учетной документацией, отчетной документацией, правилами техники безопасности, санитарно-гигиеническими нормами.</p> <p>4. Ознакомление с деятельностью инструктора по физической культуре, персонала, осуществляющего массаж, персонала, осуществляющего санитарно-просветительскую деятельность.</p> <p>5. Ознакомление с принципами формирования групп детей для занятий физической культурой.</p> <p>6. Ознакомление с методами учета эффективности работы.</p> <p>7. Получение информации медицинского персонала учреждения о медицинском контроле и врачебно-педагогическом обеспечении занятий физической культурой.</p> <p>8. Ознакомление с занятиями по физической культуре, проводимыми в учреждении</p> <p>9. Составление плана учебной практики.</p>	
2	Основной этап.	<p>1. Разработка документов планирования образовательного процесса на период практики: фрагменты годового плана инструктора по физической культуре, календарно-тематического планирования образовательной деятельности по физической культуре.</p> <p>2. Составление конспектов на проводимые физкультурные занятия, утренней гигиенической гимнастики, физкультурных минуток, карточки подвижных игр.</p> <p>3. Оформление документов педагогического анализа физкультурного занятия, наблюдения за игрой ребенка во время проведения подвижных игр.</p> <p>4. Составление лекции по актуальным вопросам физического</p>	Руководители практики проводят консультации для студентов

		<p>воспитания.</p> <p>5. Разработка сценария мероприятия активного отдыха: физкультурного досуга, спортивного праздника или дня здоровья.</p> <p>6. Просмотр физкультурных занятий.</p> <p>7. Проведение физкультурного занятия самостоятельно.</p> <p>8. Проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме дня: утренней гигиенической гимнастики, физкультминуток, подвижных игр на прогулке.</p> <p>9. Проведение мероприятия активного отдыха (физкультурного досуга, спортивного праздника, дня здоровья).</p> <p>10. Участие в мероприятиях учреждения с целью популяризации физической культуры и спорта.</p>	
3	Заключительный этап.	<p>1. Анализ качества профессиональной деятельности практиканта.</p> <p>2. Подготовка письменного отчета о практике.</p> <p>3. Защита отчета.</p>	Дифференцированный зачет с оценкой

5. Формы отчетности по практике

В качестве основной формы и вида отчетности устанавливается отчет по практике. По окончании практики студент сдает корректно, полно и аккуратно заполненный отчет по практике руководителю практики от кафедры.

Структура отчета об учебной ознакомительной практике

Титульный лист

Методические указания

Общие положения

Рабочий график (план) проведения практики

3.1 Подготовительный этап

3.2 Основной этап

3.3 Заключительный этап

Индивидуальное задание

Инструктаж по охране труда

Дневник работы студента

6.1 Годовой план инструктора по физической культуре на период практики

6.2 Календарно-тематическое планирование образовательной деятельности по физической культуре на период практики

6.3 Расписание занятий

6.4 Рабочий план для воспитанников на период практики

6.5 План-конспект физкультурного занятия

- 6.6 Протокол учета пульсовых данных на физкультурном занятии
- 6.7 Выводы по организации дозирования нагрузок на занятии
- 6.8 Протокол хронометрирования для оценки эффективности занятия
- 6.9 Примерный план педагогического анализа физкультурного занятия
- 6.10 Педагогический анализ физкультурного занятия
- 6.11 План-конспект утренней гигиенической гимнастики для детей
- 6.12 План-конспект физкультурной минутки для детей
- 6.13 Карточка подвижной игры
- 6.14 Тезисы лекции для родителей
- 6.15 Список использованной литературы

Отчет студента о практике

Отзыв о практике студента

Результат дифференцированного зачета с оценкой

Оформление отчета по практике проводится в соответствии с методическими указаниями руководителя практики от кафедры.

В качестве основной формы и вида отчетности для заочной формы обучения студентов устанавливается отчет по практике. По окончании практики студент сдает корректно, полно и аккуратно заполненный отчет по практике руководителю практики от кафедры. Студенты заочной формы обучения сдают соответствующий отчет до начала промежуточной аттестации семестра, следующего за истекшим.

Промежуточная аттестация по итогам практики может включать защиту отчета в зависимости от требований образовательного стандарта по направлению подготовки (специальности). Образовательный стандарт настоящего направления подготовки не предусматривает защиту отчета.

Итоговой формой контроля знаний, умений и навыков по практике является дифференцированный зачет с оценкой.

Случаи невыполнения программы практики, получения не удовлетворительной оценки по итогам проверки отчета, а также не прохождения практики признаются академической задолженностью.

Академическая задолженность подлежит ликвидации в установленный деканатом (дирекцией) срок.

Промежуточная аттестация по итогам практики включает защиту отчета.

Формой контроля знаний, умений и навыков по практике является дифференцированный зачет.

Случаи невыполнения программы практики, получения не удовлетворительной оценки при защите отчета, а также не прохождения практики признаются академической задолженностью. Академическая задолженность подлежит ликвидации в установленные сроки.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение практики

6.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для проведения практики

Основная учебная литература:

1. Гилев, Г. А. Физическое воспитание студентов : учебник / Г. А. Гилев, А. М. Каткова ; Московский педагогический государственный университет. – Москва : Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2018. – 338 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=598939> (дата обращения: 20.05.2023). – Библиогр.: с. 220 - 248. – ISBN 978-5-4263-0574-8. – Текст : электронный.
2. Дедулевич, М. Н. Методика физического воспитания детей : учебник : [12+] / М. Н. Дедулевич, В. А. Шишкина. – Минск : РИПО, 2016. – 328 с. : ил. – Режим доступа:

- по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=463279> (дата обращения: 20.05.2023). – Библиогр.: с. 204-209. – ISBN 978-985-503-554-2. – Текст : электронный.
3. Болманенкова, Т. А. Основы физического воспитания : учебное пособие : [12+] / Т. А. Болманенкова. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 236 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=571983> (дата обращения: 20.05.2023). – Библиогр.: с. 218-221. – ISBN 978-5-4499-0197-2. – DOI 10.23681/571983. – Текст : электронный.
 4. Усаков, В. И. Педагогический контроль в физическом воспитании дошкольников : учебное пособие / В. И. Усаков. – 2-е изд. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. – 88 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=452857> (дата обращения: 20.05.2023). – Библиогр.: с. 74-78. – ISBN 978-5-4475-7199-3. – DOI 10.23681/452857. – Текст : электронный.

Дополнительная учебная литература:

1. Усаков, В. И. Студенту о здоровье и физическом воспитании : учебное пособие : [16+] / В. И. Усаков. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. – 105 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=441285> (дата обращения: 20.05.2023). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4475-7955-5. – DOI 10.23681/441285. – Текст : электронный.
2. Ким, Т. К. Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста : учебное пособие / Т. К. Ким ; Московский педагогический государственный университет. – Москва : Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2015. – 204 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=472914> (дата обращения: 20.05.2023). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4263-0247-1. – Текст : электронный.
3. Иванков, Ч. Технология физического воспитания в высших учебных заведениях : учебное пособие / Ч. Иванков, С. А. Литвинов. – Москва : Владос, 2015. – 304 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429625> (дата обращения: 20.05.2023). – ISBN 978-5-691-02197-8. – Текст : электронный.

6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть «Интернет»), необходимых для проведения практики

№ п/п	Адрес (URL)	Описание страницы
1	https://multiurok.ru/files/obraziets-tiekhnologichieskoi-karty-uroka-po-fgoc.html	Образец технологической карты урока по ФГОС
2	http://www.pedlib.ru/Books	Педагогическая библиотека
3	http://www.openet.edu.ru	Российский портал открытого образования
4	http://fb.ru/article/93042/analiz-vneklassnogo-meropriyatiya-struktura-i-rekomendatsii	Анализ внеклассного мероприятия: структура и рекомендации

6.3. Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационных справочных систем

№	Наименование документа с указанием реквизитов
---	-----------------------------------------------

п/п	
1	Договор на доступ к ЭБС ZNANIUM.COM между БашГУ в лице директора СФ БашГУ и ООО «Знаниум» № 3/22-эбс от 05.07.2022
2	Договор на доступ к ЭБС «ЭБС ЮРАЙТ» (полная коллекция) между БашГУ в лице директора СФ БашГУ и ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ» № 1/22-эбс от 04.03.2022
3	Договор на доступ к ЭБС «Университетская библиотека онлайн» между БашГУ и «Нексмедиа» № 223-950 от 05.09.2022
4	Договор на доступ к ЭБС «Лань» между БашГУ и издательством «Лань» № 223-948 от 05.09.2022
5	Договор на доступ к ЭБС «Лань» между БашГУ и издательством «Лань» № 223-949 от 05.09.2022
6	Соглашение о сотрудничестве между БашГУ и издательством «Лань» № 5 от 05.09.2022
7	ЭБС «ЭБ БашГУ», бессрочный договор между БашГУ и ООО «Открытые библиотечные системы» № 095 от 01.09.2014 г.
8	Договор на БД диссертаций между БашГУ и РГБ № 223-796 от 27.07.2022
9	Договор о подключении к НЭБ и о предоставлении доступа к объектам НЭБ между БашГУ в лице директора СФ БашГУ с ФГБУ «РГБ» № 101/НЭБ/1438-П от 11.06.2019
10	Договор на доступ к ЭБС «ЭБС ЮРАЙТ» (полная коллекция) между УУНиТ в лице директора СФ УУНиТ и ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ» № 1/23-эбс от 03.03.2023

Наименование программного обеспечения
Office Standart 2007 Russian OpenLicensePack NoLevel Acdmc
Office Standart 2010 RUS OLP NL Acdmc
Windows XP
Windows 7
Windows 10

7. Материально-техническая база, необходимая для проведения практики

Тип учебной аудитории	Оснащенность учебной аудитории
Аудитория для проведения лекционных и практических занятий №6 (ул. Заводская б)	Учебная мебель (парты, стулья, доска), проектор, экран для проектора настенный (переносной)
Аудитория для проведения лекционных и практических занятий №13 (ул. Заводская б)	Учебная мебель (парты, стулья, доска), проектор, экран для проектора настенный (переносной)
Аудитория для проведения лекционных и практических занятий №12 (ул. Заводская б)	Учебная мебель (парты, стулья, доска), проектор, экран для проектора настенный (переносной)