

СТЕРЛИТАМАКСКИЙ ФИЛИАЛ  
ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО  
УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Факультет Кафедра физвоспитания  
Кафедра Физической культуры и здоровьесберегающих технологий

**Практическая подготовка**

**Программа практики**

вид практики *Производственная*  
тип практики *Производственная практика, преддипломная*  
способ проведения *Стационарная*

Направление

**49.03.01**

код

**Физическая культура**

наименование направления

Программа

***Спортивная тренировка в избранном виде спорта***

Форма обучения

**Заочная**

Разработчик (составитель)

***, ассистент***

***Дондуковская А. Н.***

ученая степень, должность, ФИО

Стерлитамак 2022

<b>1. Перечень планируемых результатов обучения при прохождении практики .....</b>	<b>3</b>
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
<b>2. Место практики в структуре образовательной программы .....</b>	<b>4</b>
<b>3. Объем практики в зачетных единицах с указанием количества недель .....</b>	<b>4</b>
<b>4. Содержание практики .....</b>	<b>4</b>
<b>5. Формы отчетности по практике .....</b>	<b>6</b>
<b>6. Учебно-методическое и информационное обеспечение практики .....</b>	<b>7</b>
6.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для проведения практики.....	7
6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть «Интернет»), необходимых для проведения практики.....	8
6.3. Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационных справочных систем.....	8

## 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-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений
ОПК-11. Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности
ПК-4. Способен отбирать занимающихся и оценивать их перспективность в достижении спортивных результатов
ПК-8. Способен организовывать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки

### 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-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	УК-2.1. Знание необходимых правовых норм и методологических основ принятия управленческих решений в профессиональной деятельности.	Обучающийся должен: знать необходимые правовые нормы и методологические основы принятия управленческих решений в профессиональной деятельности.
	УК-2.2. Определение круга задач в рамках поставленной цели и выбор оптимальных способов их решения.	Обучающийся должен: уметь определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений
	УК-2.3. Владение методиками определения круга задач в рамках поставленной цели и оценивания альтернативных вариантов, исходя из имеющихся ресурсов и ограничений.	Обучающийся должен: владеть методиками определения круга задач в рамках поставленной цели и оценивания альтернативных вариантов, исходя из имеющихся ресурсов и ограничений.
ОПК-11. Способен проводить исследования по определению эффективности	ОПК-11.1. Знание инструментария проведения исследований для определения	Обучающийся должен: знать методики определения эффективности используемых средств и методов

используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности	эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности.	физкультурно-спортивной деятельности.
	ОПК-11.2. Проведение исследований по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности.	Обучающийся должен: уметь проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности.
	ОПК-11.3. Проведение исследований по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности.	Обучающийся должен: владеть представлением о целесообразности и логической последовательности применения инструментария по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности.

## 2. Место практики в структуре образовательной программы

Вид практики: Производственная

Тип практики: Производственная практика, преддипломная

Способ проведения практики: Стационарная

Форма проведения практики: Дискретно (по видам практик)

Практика реализуется в рамках обязательной части, формируемой участниками образовательных отношений.

Практика проводится в соответствии с календарным учебным графиком и ориентирована на закрепление изученных и осваиваемых дисциплин (модулей).

Практика проводится на 5 курсе в 10 семестре

## 3. Объем практики в зачетных единицах с указанием количества недель

Общая продолжительность практики составляет 6 недели. Общий объем 324 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 323 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
3	Заключительный этап	- Анализ качества профессиональной деятельности практиканта. - Подготовка письменного отчета о	Руководители практики проверяют и оценивают

		<p>преддипломной практике.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Подготовка презентации о преддипломной практике.</li> <li>- Участие в итоговой конференции по практике.</li> <li>- Защита отчета по практике.</li> </ul>	содержание отчетного материала
2	Основной этап	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Разработка документов планирования тренировочного процесса: Учебный план - график подготовки спортсменов, годовой план тренера по виду спорта, календарно-тематическое планирование по видам спорта, конспекты на проводимые тренировочные занятия.</li> <li>- Оформление документов анализа тренировочного занятия.</li> <li>- Разработка бесед для обучающихся по актуальным вопросам тренировочного процесса.</li> <li>- Участие в методических занятиях, совещаниях, проводимых методистами-преподавателями для студентов-практикантов.</li> <li>- Проведение тренировочных занятий в качестве помощника тренера.</li> <li>- Проведение тренировочных занятий в целом, в том числе зачетного.</li> <li>- Участие в мероприятиях учреждения с целью популяризации физической культуры и спорта.</li> <li>- Оформление наглядной агитации для по спорту.</li> </ul>	Руководители практики проводят консультации для студентов
1	Подготовительный этап	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Установочная конференция</li> <li>- Ознакомление с организационной структурой учреждения, нормативно-правовыми документами образовательного учреждения.</li> <li>- Ознакомление с материально-технической базой учреждения, планом работы, учетной документацией, отчетной документацией, правилами техники безопасности, санитарно-гигиеническими нормами.</li> <li>- Ознакомление с деятельностью тренера по виду спорта.</li> <li>- Ознакомление с принципами формирования групп детей для тренировочных занятий.</li> <li>- Ознакомление с методами учета эффективности тренировочной</li> </ul>	Руководители практики проводят консультации для студентов

		<p>работы.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Получение информации медицинского персонала учреждения о медицинском контроле и врачебно-педагогическом обеспечении тренировочного процесса.</li> <li>- Ознакомление с тренировочными занятиями по видам спорта, проводимыми в учреждении.</li> <li>- Составление плана преддипломной практики</li> </ul>	
--	--	---	--

## 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.

Содержание отчета включает следующие обязательные разделы:

Титульный лист

- 1 Методические указания
- 2 Общие положения
- 3 Рабочий график (план) проведения практики
  - 3.1 Подготовительный этап
  - 3.2 Основной этап
  - 3.3 Заключительный этап
- 4 Индивидуальное задание
- 5 Инструктаж по охране труда
- 6 Дневник работы студента
  - 6.1 Конспект положения об организации работы инструктора-методиста по лечебной физкультуре
  - 6.2 Конспект должностных обязанностей инструктора-методиста по адаптивной физической культуре
  - 6.3 Обоснование темы в рамках программы выпускной квалификационной работы.
  - 6.4 Тезисы проблемы в рамках выпускной квалификационной работы
  - 6.5 Рабочая гипотеза в рамках выпускной квалификационной работы
  - 6.6 Принципы комплектации групп в рамках выпускной квалификационной работы
  - 6.7 Перечень показаний к выполнению физических упражнений с учетом заболевания либо оздоровительной практики
  - 6.8 Перечень противопоказаний и ограничений к выполнению физических упражнений с учетом заболевания либо оздоровительной практики
  - 6.9 Конспект правил медицинского контроля за состоянием занимающихся
  - 6.10 Комплекс мероприятий физической реабилитации
  - 6.11 Тезисы лекции о профилактике и физической реабилитации отклонения в состоянии здоровья, с которым ведется
  - 6.12 Рабочий план
  - 6.13 Расписание занятий
  - 6.14 План-конспект физкультурного занятия 1
  - 6.15 План-конспект физкультурного занятия 2
  - 6.16 Список использованной литературы (по ГОСТ 7.1-2003)
- 7 Отчет студента о практике
- 8 Отзыв о практике студента
- 9 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.

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, 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. Евсеев, Ю.И. Физическая культура : учебное пособие / Ю.И. Евсеев. - 9-е изд., стер. - Ростов-на-Дону : Издательство «Феникс», 2014. - 448 с. : табл. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-222-21762-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271591> (23.06.2021)
2. Физическая культура и физическая подготовка : учебник / И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров, В.Я. Кикоть и др. ; ред. В.Я. Кикоого, И.С. Барчукова. - Москва : Юнити-Дана, 2012. - 432 с. - ISBN 978-5-238-01157-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=117573> (23.06.2021).
3. Чертов, Н.В. Физическая культура : учебное пособие / Н.В. Чертов ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Южный федеральный университет», Педагогический институт, Факультет физической культуры и спорта. - Ростов-на-Дону : Издательство Южного федерального университета, 2012. - 118 с. - библиогр. с: С. 112. - ISBN 978-5-9275-0896-9 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241131> . (23.06.2021)

#### **Дополнительная учебная литература:**

1. Минникаева, Н.В. Теория и методика физической культуры: избранные лекции : учебное пособие / Н.В. Минникаева, С.В. Шабашева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Кемеровский

государственный университет». - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2016. - 144 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-8353-1921-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481577> (23.06.2021).

2. Небытова, Л.А. Физическая культура : учебное пособие / Л.А. Небытова, М.В. Катренко, Н.И. Соколова ; Министерство образования и науки РФ, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Северо-Кавказский федеральный университет». - Ставрополь : СКФУ, 2017. - 269 с. : ил. - Библиогр.: с. 263-267. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483844> (23.06.2021).
3. Физическая культура студента : справочник для студентов гуманитарных специальностей / Федеральное государственное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Челябинская государственная академия культуры и искусств», Кафедра физического воспитания. - Челябинск : ЧГАКИ, 2006. - 44 с. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=492139> . (23.06.2021)

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

<b>№ п/п</b>	<b>Адрес (URL)</b>	<b>Описание страницы</b>
1	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=T3gufgkpWqY">https://www.youtube.com/watch?v=T3gufgkpWqY</a>	Упражнения с мячами на начальном этапе обучения баскетболистов
2	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=lsp-VxoQUyM">https://www.youtube.com/watch?v=lsp-VxoQUyM</a>	Тренировка старшей группы по волейболу в ДЮСШ
3	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Sj7KhEYfdy4">https://www.youtube.com/watch?v=Sj7KhEYfdy4</a>	Тренировка группы начальной подготовки по легкой атлетике.
4	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=T3b23s-8hpA">https://www.youtube.com/watch?v=T3b23s-8hpA</a>	Тренировка в ДЮСШ
5	<a href="https://rucont.ru/collections/2186">https://rucont.ru/collections/2186</a>	Примерные программы для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ и федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта

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

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование документа с указанием реквизитов</b>
--------------	--