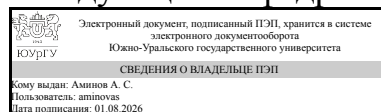


УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой



А. С. Аминов

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА практики

Практика Производственная практика (ориентированная, цифровая)
для направления 49.03.01 Физическая культура

Уровень Бакалавриат

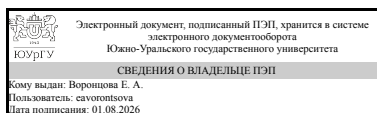
профиль подготовки Спортивная подготовка

форма обучения заочная

кафедра-разработчик Спортивное совершенствование

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утверждённым приказом Минобрнауки от 19.09.2017 № 940

Разработчик программы,
старший преподаватель



Е. А. Воронцова

1. Общая характеристика

Вид практики

Производственная

Тип практики

ориентированная, цифровая

Форма проведения

Дискретно по видам практик

Цель практики

Сформировать у студентов компетенции, а также профессионально значимые качества и психические свойства личности в соответствии с современными требованиями к работникам этого направления. Вооружить студента навыками и умениями ведения учебно-тренировочного и воспитательного процесса в учреждениях дополнительного образования и оздоровления детей, молодежи и взрослого населения в группах начальной и общей физической подготовки. Тренерская практика является основным связующим звеном между теоретической подготовкой и непосредственной педагогической деятельностью будущего молодого специалиста. Участие в ней студентов способствует проявлению и развитию у них всех компонентов педагогических способностей, знаний и умений.

Задачи практики

- 1 Содействовать накоплению студентами опыта педагогической деятельности в качестве преподавателя, тренера, инструктора в различных структурах дополнительного образования детей и взрослого населения, физкультурно-оздоровительных клубах различного профиля.
- 2 Формировать навык самостоятельного проведения учебно-тренировочного процесса в избранном виде спорта на основе глубоких знаний теории и методики спортивной тренировки, оздоровительной и рекреационной работы с детьми, подростками и лицами, имеющими отклонения в здоровье и физическом развитии.
- 3 Участвовать в организации и проведении физкультурно-оздоровительной, досуговой, спортивно-массовой, а также рекреационной работы на уровне образовательного учреждения, предприятия, клуба.
- 4 Формирование исследовательского подхода к деятельности бакалавра в различных учреждениях и организациях.

Краткое содержание практики

В период практики студент знакомится и составляет основные документы планирования и контроля в учреждениях дополнительного образования и спортивных клубах, овладевая навыками планирования и проведения основных

видов учебно-тренировочных или физкультурно-оздоровительных занятий в группах различной направленности с контингентом занимающихся, определенным уставом или положением данной организации.

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате прохождения практики

Планируемые результаты освоения ОП ВО	Планируемые результаты обучения при прохождении практики
УК-1 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	Знает:методы и инструменты поиска информации в области физической культуры, включая научные статьи, исследования, базы данных и специализированные ресурсы; принципы критического анализа информации, включая оценку достоверности источников, выявление предвзятости и определение актуальности данных; основы системного подхода, который позволяет рассматривать физическую культуру как комплексное явление, включающее физическую подготовку, здоровье, психологические аспекты и социальные факторы; основные методы синтеза информации для формирования обоснованных выводов и рекомендаций в области физической культуры
	Умеет:эффективно использовать различные ресурсы для поиска необходимой информации, включая интернет-ресурсы, библиотечные базы данных и научные публикации; проводить критический анализ собранной информации, выявляя ключевые аспекты и противоречия, а также формулировать обоснованные выводы на основе анализа; применять системный подход для решения практических задач в области физической культуры, учитывая взаимосвязи между различными элементами (физическая активность, здоровье, социальные факторы); синтезировать информацию из различных источников для разработки рекомендаций по улучшению физической подготовки и здоровья обучающихся
	Имеет практический опыт:работы с цифровыми инструментами и

	платформами для сбора и анализа данных о физической активности и здоровье спортсменов
ПК-5 Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов многолетнего тренировочного процесса	Знает:
	Умеет:
	Имеет практический опыт: анализа результатов тренировочного процесса используя информационные технологии
ПК-6 Способностью отбирать рациональные методики управления тренировочным процессом, оценивать возможность и прогнозировать перспективы их внедрения при подготовке занимающихся	Знает:
	Умеет:
	Имеет практический опыт: контроля физического и функционального состояния занимающихся во время проведения тренировочных занятий и соревновательных мероприятий; выявления признаков перенапряжения и переутомления занимающихся, составления рекомендаций по коррекции тренировочного процесса
ПК-7 Способен проводить анализ организации тренировочного и образовательного процессов и делать обоснованные предложения по его совершенствованию	Знает:
	Умеет:
	Имеет практический опыт: проведения анализа организации тренировочного процесса и составления предложений по его совершенствованию

3. Место практики в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ	Перечень последующих дисциплин, видов работ
Математика	Основы тренерского мастерства Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование Методология спортивной тренировки Производственная практика (профессионально-ориентированная) (8 семестр)

Требования к «входным» знаниям, умениям, навыкам студента, необходимым для прохождения данной практики и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин:

Дисциплина	Требования
Математика	Знает: основные численные методы решения прикладных задач Умеет: применять методы математического анализа при решении задач прикладного характера Имеет практический опыт: самостоятельного

	математического анализа при проведении количественной оценки данных профессиональных исследований
--	---

4. Объём практики

Общая трудоемкость практики составляет зачетных единиц 3, часов 108, недель 2.

5. Структура и содержание практики

№ раздела (этапа)	Наименование или краткое содержание вида работ на практике	Кол-во часов
1	Участие в установочной конференции	2
2	Составление индивидуального плана на период практики, графика выполнения заданий	2
3	Прохождение инструктажа по ознакомлению с требованиями охраны труда, техники безопасности, пожарной безопасности, а также правилами внутреннего трудового распорядка профильной организации	2
4	Ознакомление с нормативно-правовыми документами, регламентирующими деятельность базы практики	2
5	Проведение инструктажа по технике безопасности с занимающимися	2
6	Ознакомление с имеющимися методическими материалами и цифровыми устройствами на базе практики	4
7	Составление конспектов учебно-тренировочных занятий	8
8	Проведение тестирования с целью определения уровня физического развития и физической подготовленности занимающихся в группах различной направленности с применением цифровых технологий	56
9	Формирование выводов об уровне физического развития и физической подготовленности занимающихся в группах	12
10	Защита практики	2
11	Проведение части занятий в прикрепленных группах с использованием цифровых устройств	8
12	Заполнение документов практики	8

6. Формы отчетности по практике

По окончании практики, студент предоставляет на кафедру пакет документов, который включает в себя:

- дневник прохождения практики, включая индивидуальное задание и характеристику работы практиканта организацией;
- отчет о прохождении практики.

Формы документов утверждены распоряжением зав. кафедрой от 03.09.2018 №310-06-14/27.

7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по практике

Вид промежуточной аттестации – дифференцированный зачет. Контроль качества освоения образовательной программы осуществляется в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания результатов учебной деятельности обучающихся.

7.1. Контрольные мероприятия (КМ)

№ КМ	Семестр	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс.балл	Порядок начисления баллов	Учитывается в ПА
1	4	Промежуточная аттестация	Защита практики	-	5	5 - выставляется студенту, если доклад и презентация отражают кратко и достоверно все задания практики, студент отвечает на все вопросы правильно, грамотно и с примерами из практического опыта практики. 4 - выставляется студенту, если доклад и презентация отражает кратко и достоверно все задания практики, студент отвечает на все вопросы, но без примеров из практического опыта практики. 3 - выставляется студенту, если доклад отражает кратко и достоверно все задания практики (нет презентации), студент отвечает не на все вопросы правильно, грамотно, но больше половины.	дифференцированный зачет

						2 - выставляется студенту, если доклад не отражает все задания практики, студент не отвечает на большинство вопросов по практике. 1 - выставляется студенту, если не подготовлен доклад, не на все вопросы даны правильные ответы. 0 - не пришел на защиту практики	
2	4	Текущий контроль	Дневник практики	5	5	5 - дневник полностью и правильно заполнен, у руководителя практики от предприятия нет замечаний по выполненным работам 4 - присутствуют замечания по оформлению дневника, есть небольшие замечания руководителя практики от предприятия по выполненным работам 3 - присутствует 1 содержательная ошибка, недочеты при оформлении дневника, по большинству выполняемых работ у руководителя практики присутствуют замечания 2 - присутствует 2 и более содержательной ошибки, не	дифференцированный зачет

						заполнен столбец 2 раздела - рекомендации и замечания руководителя практикой от предприятия 1 - все разделы заполнены с ошибками, не заполнен столбец 2 раздела - рекомендации и замечания руководителя практикой от предприятия 0 - дневник не сдан	
3	4	Текущий контроль	Отчет по практике	5	12	4 задания по 3 балла: 3 - задание выполнено в полном объеме и без недочетов 2 - задание выполнено в полном объеме, но с недочетами, или без недочетов, но частично 1 - задание выполнено правильно частично и с недочетами 0 - задание не выполнено или с грубыми ошибками	дифференцированный зачет
4	4	Текущий контроль	Место прохождения практики	1	1	1 балл за предоставленный ответ	дифференцированный зачет
5	4	Текущий контроль	Подписанный договор на практику	1	1	1 балл за предоставленный ответ	дифференцированный зачет

7.2. Процедура проведения, критерии оценивания

По окончании производственной практики (ориентированной, цифровой) предусматривается защита отчета по практике на кафедре Спортивного совершенствования ЮУрГУ перед специальной комиссией, назначенной заведующим кафедрой. В состав комиссии обязательно включается руководитель практики. Дата и время защиты устанавливается кафедрой в соответствии с графиком учебного процесса студента. Комиссия заслушивает в порядке

очередности доклады студентов о результатах прошедшей практики и задает вопросы для определения оценки сформированности компетенций.

7.3. Оценочные материалы

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ				
		1	2	3	4	5
УК-1	Знает: методы и инструменты поиска информации в области физической культуры, включая научные статьи, исследования, базы данных и специализированные ресурсы; принципы критического анализа информации, включая оценку достоверности источников, выявление предвзятости и определение актуальности данных; основы системного подхода, который позволяет рассматривать физическую культуру как комплексное явление, включающее физическую подготовку, здоровье, психологические аспекты и социальные факторы; основные методы синтеза информации для формирования обоснованных выводов и рекомендаций в области физической культуры	++	++	++	++	++
УК-1	Умеет: эффективно использовать различные ресурсы для поиска необходимой информации, включая интернет-ресурсы, библиотечные базы данных и научные публикации; проводить критический анализ собранной информации, выявляя ключевые аспекты и противоречия, а также формулировать обоснованные выводы на основе анализа; применять системный подход для решения практических задач в области физической культуры, учитывая взаимосвязи между различными элементами (физическая активность, здоровье, социальные факторы); синтезировать информацию из различных источников для разработки рекомендаций по улучшению физической подготовки и здоровья обучающихся	++	++	++	++	++
УК-1	Имеет практический опыт: работы с цифровыми инструментами и платформами для сбора и анализа данных о физической активности и здоровье спортсменов	++	++	++		
ПК-5	Имеет практический опыт: анализа результатов тренировочного процесса используя информационные технологии	++	++	++		
ПК-6	Имеет практический опыт: контроля физического и функционального состояния занимающихся во время проведения тренировочных занятий и соревновательных мероприятий; выявления признаков перенапряжения и переутомления занимающихся, составления рекомендаций по коррекции тренировочного процесса	++	++	++		
ПК-7	Имеет практический опыт: проведения анализа организации тренировочного процесса и составления предложений по его совершенствованию	++	++	++		

Типовые контрольные задания по каждому мероприятию находятся в приложениях.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение практики

Печатная учебно-методическая документация

а) основная литература:

Не предусмотрена

б) дополнительная литература:

Не предусмотрена

из них методические указания для самостоятельной работы студента:

1. Методические указания по производственной практике (ориентированной, цифровой) 49.03.01

Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Зобкова, Е. А. Основы спортивной тренировки : учебное пособие для спо / Е. А. Зобкова. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 44 с. — ISBN 978-5-8114-7549-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/174986
2	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Жуков, Р. С. Основы спортивной тренировки : учебное пособие / Р. С. Жуков. — Кемерово : КеМГУ, 2014. — 110 с. — ISBN 978-5-8353-1717-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/61414
3	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Шиндина, И. В. Теория и методика физической культуры и спорта : учебное пособие / И. В. Шиндина, Е. А. Шуняева. — Саранск : МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2015. — 203 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/74503
4	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Таран, И. И. Содержание и планирование занятий по спортивным играм : учебно-методическое пособие / И. И. Таран, А. Г. Беляев, М. Н. Поповская. — Великие Луки : ВЛГАФК, 2021. — 142 с. — ISBN 978-5-00171-798-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/186407

9. Информационные технологии, используемые при проведении практики

Перечень используемого программного обеспечения:

1. Microsoft-Windows(бессрочно)
2. Microsoft-Office(бессрочно)

Перечень используемых информационных справочных систем:

1. -База данных polpred (обзор СМИ)(бессрочно)

10. Материально-техническое обеспечение практики

Место прохождения практики	Адрес места прохождения	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, обеспечивающие прохождение практики
Физкультурно-спортивный клуб,	454080, г.Челябинск,	Спортивные залы: баскетбольный зал, волейбольный зал, зал единоборств, зал

ЮУрГУ	Ленина, 76	борьбы, зал тяжелой атлетики, легкоатлетический манеж
Кафедра Спортивное совершенствование ЮУрГУ	454080, Челябинск, Сони Кривой, 62	Инерционный тренажер Ski-Erg Беговая дорожка Assault Аналитическая спортивная программа PerfPro для работы с тренажерами в синхронизации по системе ANT+ Нагрудный датчик-пульсометр Polar H10 Силовой датчик - Beast sensor Датчик мощности бега - Strayd Датчик оксигенации мышц - Moxy sensor