ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой

ЮУрГУ
Электронный документ, подписанный ПЭП, хранится в системе электронного документооборота Южно-Уральского государственного университета
СВЕДЕНИЯ О ВЛАДЕЛЬЦЕ ПЭП
Кому выдан: Аминов А. С.
Пользователь: aminovas
Дата подписания: 25.06.2025

А. С. Аминов

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
практики

Практика Производственная практика (ориентированная, цифровая)
для направления 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Уровень Бакалавриат **форма обучения** заочная
кафедра-разработчик Спортивное совершенствование

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), утверждённым приказом Минобрнауки от 19.09.2017 № 942

Разработчик программы, преподаватель

ЮУрГУ
Электронный документ, подписанный ПЭП, хранится в системе электронного документооборота Южно-Уральского государственного университета
СВЕДЕНИЯ О ВЛАДЕЛЬЦЕ ПЭП
Кому выдан: Воронцова Е. А.
Пользователь: eavorontsova
Дата подписания: 25.06.2025

Е. А. Воронцова

Челябинск

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
ОПК-1 Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья	Знает:основы анализа спортивных данных
	Умеет:применять анализ данных для планирования содержания тренировочных занятий
	Имеет практический опыт:
ОПК-2 Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры	Знает:
	Умеет:
	Имеет практический опыт:анализа результатов тренировочного процесса используя информационные технологии, на основании проведенного анализа осуществление спортивного отбора
ОПК-3 Способен обосновывать выбор наиболее эффективных методов обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья с использованием специальных знаний и способов их рационального применения в специальных медицинских группах в организациях общего и среднего профессионального образования	Знает:
	Умеет:
	Имеет практический опыт:контроля физического и функционального состояния занимающихся во время проведения тренировочных занятий и соревновательных мероприятий
ОПК-4 Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния занимающихся, с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся	Знает:
	Умеет:
	Имеет практический опыт:выявления признаков перенапряжения и переутомления занимающихся, составления рекомендаций по коррекции тренировочного процесса
ОПК-16 Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности	Знает:виды информационных технологий для анализа данных с сфере адаптивной физической культуры
	Умеет:анализировать и выбирать подходящие информационные технологии для осуществления тренировочного процесса
	Имеет практический опыт:

3. Место практики в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ	Перечень последующих дисциплин, видов работ
1.О.12 Физиология человека 1.О.09 Цифровые технологии Учебная практика (ознакомительная) (2 семестр)	1.О.17 Теория и методика физической культуры 1.О.22 Биомеханика двигательной деятельности 1.О.38 Технологии физкультурно-спортивной деятельности 1.О.24 Физиология физического воспитания и спорта

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

Дисциплина	Требования
1.О.12 Физиология человека	Знает: физиологические функции основных механизмов регуляции органов и систем человека в возрастном и гендерном аспекте, современные методы исследования основных физиологических систем организма; особенности протекания физиологических процессов и функциональные изменения состояния организма при различных видах жизнедеятельности Умеет: оценивать функциональные возможности систем организма с учетом основных возрастных физиологических особенностей Имеет практический опыт: проведения оценки состояния функциональных систем организма с учетом возрастных особенностей
1.О.09 Цифровые технологии	Знает: Умеет: Анализировать и выбирать подходящие информационные технологии для решения конкретных задач в профессиональной деятельности; осуществлять поиск информации и ресурсов в интернете для решения профессиональных задач Имеет практический опыт:
Учебная практика (ознакомительная) (2 семестр)	Знает: Умеет: составлять план занятия по физической культуре на основе подвижных игр с учетом физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, использовать стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели, определять свою роль в команде

	Имеет практический опыт: управления своим временем. реализацией траектории саморазвития на основе принципов самообразования, проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности систематических занятий адаптивной физической культурой и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима, компьютерной обработки служебной документации, статистической информации и деловой графики; работы с информационно-поисковыми системами и программным обеспечением, используемым в профессиональной деятельности, составления конспекта занятия на основе базового вида двигательной деятельности, проведения занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья; проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации, решения образовательных, воспитательных, развивающих, коррекционных, компенсаторных и профилактических задач в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности

4. Объём практики

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

5. Струкрура 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-тренировочный 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 окончанию 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 заведующего 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	дифференцированный зачет

						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. 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	дифференцированный зачет

						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 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 объемы,	дифференцированный зачет

						но с недочетами, или без недочетов, но частично 1 - задание выполнено правильно частично и с недочетами 0 - задание не выполнено или с грубыми ошибками	
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
ОПК-1	Знает: основы анализа спортивных данных	+	+	+		
ОПК-1	Умеет: применять анализ данных для планирования содержания тренировочных занятий	+	+	+		
ОПК-2	Имеет практический опыт: анализа результатов тренировочного процесса используя информационные технологии, на основании проведенного анализа осуществление спортивного отбора	+	+	+		
ОПК-3	Имеет практический опыт: контроля физического и функционального состояния занимающихся во время проведения тренировочных занятий и соревновательных мероприятий	+	+	+		
ОПК-4	Имеет практический опыт: выявления признаков перенапряжения и переутомления занимающихся, составления рекомендаций по коррекции тренировочного процесса	+	+	+		
ОПК-16	Знает: виды информационных технологий для анализа данных с сфере адаптивной физической культуры	+	+	+	+	+
ОПК-16	Умеет: анализировать и выбирать подходящие информационные технологии для осуществления тренировочного процесса	+	+	+	+	+

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, ЮУрГУ	454080, г.Челябинск, Ленина, 76	Спортивные залы: баскетбольный зал, волейбольный зал, зал единоборств, зал 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