

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»

«27» января 2022г., протокол №5  
Заведующий кафедрой

 С.А. Архипова

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

производственной практики (педагогической 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: 490301-01-22

Тула 2022 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 формирование умения применять полученные в ходе изучения дисциплин профессионального цикла знания, умения и компетенции в практической деятельности специалиста по физической культуре – в ходе решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач, проведении спортивных и физкультурно-массовых мероприятий в общеобразовательных школах; овладение методами анализа и оценки деятельности педагога на уроке; формирование умения организовать самостоятельный трудовой процесс, работать в коллективе; принимать организационные решения в стандартных ситуациях и нести за них ответственность.

**Задачами** прохождения практики являются:

- углубление и закрепление теоретических знаний студентов;
- формирование методологической культуры и профессионального мышления студентов;
- формирование и развитие профессиональных умений и навыков;
- формирование творческого, исследовательского подхода к педагогической деятельности;
- формирование профессионально-ценностных ориентаций.

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

Вид практики – производственная практика.

Тип практики – педагогическая практика.

Способ проведения практики – стационарная и выездная.

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) теорию и методику обучения базовым видам спорта (код компетенции – ПК-1, код индикатора – ПК-1.1);
- 2) программу спортивной подготовки по виду спорта (код компетенции – ПК-1, код индикатора – ПК-1.1);
- 3) комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общефизической подготовки (код компетенции – ПК-1, код индикатора – ПК-1.1);

4) факторы, определяющие общую и специальную подготовленность спортсменов в виде спорта (код компетенции – ПК-1, код индикатора – ПК-1.1);

5) правила техники безопасности при проведении тренировочных мероприятий (код компетенции – ПК-1, код индикатора – ПК-1.1);

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

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

8) технологии спортивной тренировки в виде спорта (код компетенции – ПК-4, код индикатора – ПК-4.1);

9) методики массового и индивидуального отбора в избранном виде спорта, правила соревнований по видам спорта и дисциплинам (код компетенции – ПК-4, код индикатора – ПК-4.1);

10) критерии предварительного соревновательного отбора (код компетенции – ПК-4, код индикатора – ПК-4.1);

11) комплексные методики совершенствования спортивной техники и тактики в виде спорта (код компетенции – ПК-4, код индикатора – ПК-4.1).

#### **Уметь:**

1) развивать у занимающихся необходимые двигательные умения и навыки, двигательную обучаемость (код компетенции – ПК-1, код индикатора – ПК-1.2);

2) контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения занятий (код компетенции – ПК-1, код индикатора – ПК-1.2);

3) демонстрировать безопасные техники выполнения упражнений, предупреждать случаи травматизма во время тренировок (код компетенции – ПК-1, код индикатора – ПК-1.2);

4) использовать эффективные для вида спорта методики спортивной подготовки, задействовать упражнения узкоспециализированной направленности (код компетенции – ПК-1, код индикатора – ПК-1.2);

5) выявлять признаки перенапряжения и переутомления занимающихся, варьировать величиной нагрузки с учетом индивидуальных функциональных возможностей занимающихся, закономерностей развития и взаимосвязи различных систем организма занимающегося (код компетенции – ПК-1, код индикатора – ПК-1.2);

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

7) проводить методически обоснованный отбор обучающихся в спортивную команду, повышать спортивную мотивацию и волю к победе участников спортивных соревнований (код компетенции – ПК-4, код индикатора – ПК-4.2);

8) контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения (код компетенции – ПК-4, код индикатора – ПК-4.2);

9) использовать систему методов стимулирования для устойчивого закрепления спортивной мотивации занимающихся (код компетенции – ПК-4, код индикатора – ПК-4.2).

#### **Владеть навыками:**

1) формирования на основе специальных упражнений у занимающихся системы движений, соответствующей особенностям вида спорта (код компетенции – ПК-1, код индикатора – ПК-1.3);

2) контроля безопасного выполнения занимающимися тренировочных упражнений, безопасного использования спортивной техники, оборудования и инвентаря (код компетенции – ПК-1, код индикатора – ПК-1.3);

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

4) формирования у занимающихся состояния готовности к соревнованиям, самонастройки, сосредоточения внимания и мобилизации (код компетенции – ПК-4, код индикатора – ПК-4.3);

5) организации участия обучающихся в спортивных соревнованиях, контроля справедливости судейства, выполнения с обучающимися анализа их соревновательной практики (код компетенции – ПК-4, код индикатора – ПК-4.3);

6) подготовки занимающихся по инструкторской и судейской практике (код компетенции – ПК-4, код индикатора – ПК-4.3).

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 6 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 академических часах	Работа с руководителем практики от университета	Промежу-точная атте-стация	
Очная форма обучения							
6	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 профильной организации;
- выполнение обучающимся индивидуального задания под руководством руководителя практики от профильной организации;
- выполнение обучающимся индивидуального задания;
- составление обучающимся отчёта по практике.

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

Производственная практика проводится на базе стороннего образовательного учреждения, имеющего необходимые условия для организации 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.

Предусматривается проведение самостоятельной работы студентов под контролем руководителя практики, осуществляется обучение правилам написания отчета по практике.

#### Содержание практики:

1. Изучение системы работы образовательного учреждения и документов, регламентирующих его деятельность:

- ознакомление с педагогическим коллективом образовательного учреждения, режимом работы образовательного учреждения;
- ознакомление с материальной базой образовательного учреждения: материально-техническое, дидактическое оборудование школы, кабинетов;
- изучение организации медицинского контроля за состоянием здоровья и физического развития учащихся, санитарно-гигиенического и педагогического контроля за проведением учебных занятий и массовых физкультурных мероприятий.

#### 2. Учебно-методическая работа:

- изучение документов по планированию, организации и учету работы по физическому воспитанию учащихся;
- проведение анализа занятий преподавателя физической культуры;
- разработка тематического или поурочного плана учебной работы по предмету «Физическая культура» учащихся на основе содержания рабочей учебной программы преподавателя физической культуры;
- составление конспектов занятий по физической культуре;
- проведение занятий по физической культуре (не менее 20 занятий);
- проведение хронометрирования занятий по физической культуре с обязательным анализом общей и моторной плотности уроков;
- регистрация и анализ пульсовых данных на занятии;
- проведение санитарно-гигиенической оценки спортивного зала образовательного учреждения;
- проведение гигиенической оценки учебного расписания образовательного учреждения;
- составление психолого-педагогической характеристики ученика.

#### 3. Внеучебная работа:

- изучение документов планирования внеучебной работы по физическому воспитанию в образовательном учреждении;
- проведение беседы, лекции на темы физкультурно-оздоровительной и спортивной направленности с учащимися в соответствии с планом образовательного учреждения;
- проведение соревнований по плану образовательного учреждения.

#### 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.** Ознакомиться с педагогическим коллективом и режимом работы образовательного учреждения.

**Задание 2.** Ознакомиться с материально-технической базой образовательного учреждения.

**Задание 3.** Изучить документы по планированию, организации и учету работы по физическому воспитанию учащихся.

**Задание 4.** Провести педагогический анализ занятия по физической культуре.

**Задание 5.** Составить конспект занятия по физической культуре.

**Задание 6.** Провести занятие по физической культуре.

**Задание 7.** Провести хронометрирование занятия по физической культуре с обязательным анализом общей и моторной плотности урока.

**Задание 8.** Провести санитарно-гигиеническую оценку спортивного зала образовательного учреждения.

**Задание 9.** Составить психолого-педагогическую характеристику ученика.

**Задание 10.** Провести соревнования по плану образовательного учреждения.

**Задание 11.** Провести регистрацию и анализ пульсовых данных на занятии.

### 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
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. Расскажите о теории и методике обучения базовым видам спорта, которые Вы применяли в процессе прохождения практики (код компетенции – ПК-1, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3)
2. Какие программы спортивной подготовки по виду спорта Вы применяли на практике? (код компетенции – ПК-1, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3)
3. Назовите комплексы общеразвивающих упражнений (код компетенции – ПК-1, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3)
4. Какие имитационные упражнения, упражнения для повышения уровня общефизической подготовки Вы применяли в процессе прохождения практики? (код компетенции – ПК-1, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3)
5. Назовите факторы, определяющие общую и специальную подготовленность спортсменов в виде спорта (код компетенции – ПК-1, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3)
6. Расскажите о правилах техники безопасности при проведении тренировочных мероприятий (код компетенции – ПК-1, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3)
7. Как Вы развивали у занимающихся необходимые двигательные умения и навыки, двигательную обучаемость во время практики? (код компетенции – ПК-1, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3)
8. Каким образом Вы контролировали физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения занятий в ходе практики? (код компетенции – ПК-1, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3)
9. Приходилось ли Вам демонстрировать безопасные техники выполнения упражнений, предупреждать случаи травматизма во время практики? (код компетенции – ПК-1, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3)
10. Какие эффективные для вида спорта методики спортивной подготовки Вы использовали в процессе прохождения практики? (код компетенции – ПК-1, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3)
11. Задействовали ли Вы упражнения узкоспециализированной направленности? (код компетенции – ПК-1, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3)
12. Назовите методы оценки уровня развития физических качеств, координационных способностей и спортивно-технического мастерства занимающихся (код компетенции – ПК-2, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3)
13. Перечислите правила использования спортивного оборудования и инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений (код компетенции – ПК-2, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3)
14. Какие методики массового и индивидуального отбора в избранном виде спорта Вы можете назвать? (код компетенции – ПК-4, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3)
15. Перечислите правила соревнований по видам спорта и дисциплинам (код компетенции – ПК-4, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3)

16. Какие критерии предварительного соревновательного отбора Вам известны? (код компетенции – ПК-4, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3)

17. Какие комплексные методики совершенствования спортивной техники и тактики Вы применяли на практике? (код компетенции – ПК-4, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3)

18. Проводили ли Вы методически обоснованный отбор обучающихся в спортивную команду во время практики? (код компетенции – ПК-4, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3)

19. Использовали ли Вы систему методов стимулирования для устойчивого закрепления спортивной мотивации занимающихся? Каким образом? (код компетенции – ПК-4, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3)

20. Каким образом Вы контролировали физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий в ходе прохождения практики? (код компетенции – ПК-4, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3)

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

Для проведения практики в образовательном учреждении должны быть созданы условия для занятий физической культурой и спортом. Требуется наличие спортивных залов, открытых спортивных площадок и необходимого инвентаря для приобретения учащимися компетенций, заявленных рабочей программой педагогической практики по реализуемому кафедрой направлению «Физическая культура».

## **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.

### **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.

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. 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.

4. 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.

5. 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.

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

7. 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.

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

9. 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.

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

11. 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/>.

4. <http://www.bestpravo.ru/sssr/gn-instrukcii/i7n.htm/> - Положение о производственной практике.

5. [doshvozrast.ru](http://doshvozrast.ru)- Воспитание детей дошкольного возраста в детском саду и семье.

6. [fizkulturavshkole.ru](http://fizkulturavshkole.ru) – Физкультура в школе.

#### **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».