

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 (профессионально-ориентированной**  
**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. ФОР, к.п.н.



## **1 Цель и задачи прохождения практики**

**Целью** прохождения практики является отработка у студентов профессиональных умений и навыков работы в качестве помощника преподавателя в спортивном оздоровительном лагере.

**Задачами** прохождения практики являются:

- изучение системы организации и функционирования загородного спортивно-оздоровительного лагеря с круглосуточным пребыванием студентов ТулГУ;
- формирование профессионально-ориентированных умений и навыков организации жизнедеятельности студентов в условиях спортивно-оздоровительного лагеря в качестве помощника преподавателя;
- освоение методики организации воспитательной работы со студентами закрепленного отряда, формирование навыков планирования и проведения коллективных мероприятий воспитательного характера, анализа и самоанализа деятельности;
- овладение содержанием, различными методами и формами оздоровительной и воспитательной работы в летний период, охраны жизни и здоровья;
- овладение методами диагностики индивидуальных особенностей студента, коллектива в условиях загородного спортивно-оздоровительного лагеря;
- стимулирование процесса научно-исследовательской деятельности на базе загородного спортивно-оздоровительного лагеря.

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

Вид практики – производственная практика.

Тип практики – профессионально-ориентированная практика.

Способ проведения практики – выездная.

Форма проведения практики – дискретно по видам практик - путем выделения в календарном учебном графике непрерывного периода учебного времени для проведения каждого вида (совокупности видов) практики.

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) программу спортивной подготовки по виду спорта (код компетенции – ПК-6, код индикатора – ПК-6.1);

2) медицинские, медико-биологические, психофизиологические требования и возрастные нормы для занимающихся (код компетенции – ПК-6, код индикатора – ПК-6.1);

3) медико-биологические характеристики и их использование при отборе занимающихся (код компетенции – ПК-6, код индикатора – ПК-6.1);

4) методы оценки уровня развития физических качеств, координационных способностей и спортивно-технического мастерства занимающихся (код компетенции – ПК-6, код индикатора – ПК-6.1);

5) актуальные направления научных исследований в области спортивной подготовки (код компетенции – ПК-7, код индикатора – ПК-7.1);

6) физиологию спорта, ее прикладные аспекты и методы для разных видов спорта (код компетенции – ПК-7, код индикатора – ПК-7.1);

7) методы сбора, систематизации и аналитической обработки информации (код компетенции – ПК-7, код индикатора – ПК-7.1);

8) правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи (код компетенции – ПК-8, код индикатора – ПК-8.1).

#### **Уметь:**

1) оценивать спортивную предрасположенность занимающихся к занятиям видом спорта, мотивацию к достижению спортивных результатов (код компетенции – ПК-6, код индикатора – ПК-6.2);

2) использовать техники оценки подготовленности занимающегося (код компетенции – ПК-6, код индикатора – ПК-6.2);

3) использовать современные технологии выявления перспективных занимающихся с высокой спортивной предрасположенностью и мотивацией к достижению спортивных результатов (код компетенции – ПК-6, код индикатора – ПК-6.2);

4) анализировать результаты тестирования занимающихся на соответствие нормативным требованиям (код компетенции – ПК-6, код индикатора – ПК-6.2);

5) формировать базу новейших методик управления тренировочным процессом, соревновательной деятельностью (код компетенции – ПК-7, код индикатора – ПК-7.2);

6) анализировать достигнутые результаты спортивной подготовки (код компетенции – ПК-7, код индикатора – ПК-7.2);

7) отбирать рациональные методики управления тренировочным процессом, оценивать возможность и прогнозировать перспективы их внедрения при подготовке занимающихся (код компетенции – ПК-7, код индикатора – ПК-7.2);

8) оценивать спортивную предрасположенность занимающихся к занятиям видом спорта, мотивацию к достижению спортивных результатов (код компетенции – ПК-8, код индикатора – ПК-8.2);

9) пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи (код компетенции – ПК-8, код индикатора – ПК-8.2);

10) использовать техники оценки подготовленности занимающегося (код компетенции – ПК-8, код индикатора – ПК-8.2).

#### **Владеть навыками:**

1) определения уровня спортивной предрасположенности и мотивации занимающихся к занятиям по виду спорта (код компетенции – ПК-6, код индикатора – ПК-6.3);

2) аналитической обработки собранных данных (код компетенции – ПК-6, код индикатора – ПК-6.3);

3) разработки методических и учебных материалов для внедрения новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся (код компетенции – ПК-7, код индикатора – ПК-7.3);

4) анализа информации о состоянии здоровья, уровне подготовленности, результатах, достигнутых занимающимися (код компетенции – ПК-8, код индикатора – ПК-8.3);

5) аналитической обработки собранных данных (код компетенции – ПК-8, код индикатора – ПК-8.3).

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	Продолжительность		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	Промежуточная аттестация	
Очная форма обучения							
6	ДЗ	6	4	216	1,75	0,25	214

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;
- выполнение обучающимся индивидуального задания;
- составление обучающимся отчёта по практике.

#### 6 Структура и содержание практики

Обучающиеся в период прохождения практики выполняют индивидуальные задания, предусмотренные рабочей программой практики, соблюдают правила техники безопасности на базе практики, а также требования охраны труда и пожарной безопасности.

##### Содержание практики:

1. Организация знакомства студентов с преподавателями, с условиями проживания, нормами и правилами:

- выработка норм поведения, ценностей, традиций, основ коллективной деятельности, сотрудничества, сотворчества в новых условиях;
- диагностика личных потенциалов и интересов;
- создание условий для самопрезентации, проявления лучших качеств личности, способностей;
- помощь в определении места, статуса в коллективе;
- формирование организационной структуры отряда.

2. Организация разнообразной совместной деятельности:
- организация процесса обучения, реализация спортивно-оздоровительной программы лагеря;
  - определение индивидуальных маршрутов продвижения;
  - создание условий для деятельности отряда как организатора общелагерных дел;
  - поддержание активности каждого студента и отряда;
  - создание положительного эмоционального настроения, благоприятного микроклимата коллектива;
  - создание условий для полноценного отдыха, оздоровления и развития.
3. Организация подведения итогов смены:
- закрепление и реализация приобретенных знаний, умений, опыта;
  - организация личной и групповой рефлексии.

### 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.** Организовать знакомство студентов с преподавателями.
- Задание 2.** Организовать знакомство студентов с условиями проживания.
- Задание 3.** Выработать нормы и правила поведения в спортивно-оздоровительном лагере.
- Задание 4.** Сформировать организационную структуру отряда.
- Задание 5.** Составить характеристику группе студентов (отряду).
- Задание 6.** Сформулировать цели деятельности на смену.
- Задание 7.** Составить план-сетку отрядной работы.
- Задание 8.** Написать поминутный план первых трех дней смены с учетом особенностей оргпериода.
- Задание 9.** Провести анализ дня.
- Задание 10.** Провести диагностику коллективообразования отряда.
- Задание 11.** Составить сценарный план двух спортивно-оздоровительных мероприятий.
- Задание 12.** Провести анализ деятельности в конце смены.

### 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			
	Стобальная система оценивания	0 – 39	40 – 60	61 – 80
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 60 баллов;
2. качество оформления отчета – до 20 баллов;
3. качество защиты отчета по практике – до 20 баллов.

#### **Требования к отчёту по практике**

В форме отчета должно быть обязательно предусмотрено:

1. Отчёт обучающегося.
2. Отзыв руководителя практики

Требования к оформлению отчета:

1. Объем: 15-20 страниц. В рекомендуемый объем работы не входят титульный лист, план, список литературы и приложения.
2. Шрифт – Times New Roman.
3. Размер шрифта – 14.
4. Выравнивание текста – по ширине, кроме титульного листа.
5. Междустрочный интервал – 1,5.
6. Отступ: 1,25.
7. Параметры страницы: размер – А4, поля: сверху, снизу – 2 см, справа – 1,5 см, слева – 2,5 см.
8. Структура отчета:
  - титульный лист;
  - план;
  - основной текст;
  - список литературы (не менее 5 источников);
  - приложение (не обязательно).

### **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. Какие медицинские, медико-биологические, психофизиологические требования и возрастные нормы для занимающихся Вам известны? (код компетенции – ПК-6, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-6.1, ПК-6.2, ПК-6.3)
2. Назовите методы оценки уровня развития физических качеств и координационных способностей занимающихся (код компетенции – ПК-6, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-6.1, ПК-6.2, ПК-6.3)

3. Каким образом Вы оценивали спортивную предрасположенность занимающихся к занятиям по видам спорта? (код компетенции – ПК-6, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-6.1, ПК-6.2, ПК-6.3)

4. Каким образом Вы мотивировали занимающихся к достижению спортивных результатов в процессе практики? (код компетенции – ПК-6, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-6.1, ПК-6.2, ПК-6.3)

5. Какие техники оценки подготовленности занимающихся Вы использовали на практике? (код компетенции – ПК-6, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-6.1, ПК-6.2, ПК-6.3)

6. Использовали ли Вы современные технологии выявления перспективных занимающихся с высокой спортивной предрасположенностью и мотивацией к достижению спортивных результатов? Каким образом? (код компетенции – ПК-6, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-6.1, ПК-6.2, ПК-6.3)

7. Как Вы анализировали результаты тестирования занимающихся на соответствие нормативным требованиям? (код компетенции – ПК-6, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-6.1, ПК-6.2, ПК-6.3)

8. Назовите актуальные направления научных исследований в области спортивной подготовки (код компетенции – ПК-7, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-7.1, ПК-7.2, ПК-7.3)

9. Какие методы сбора, систематизации и аналитической обработки информации Вы применили на практике? (код компетенции – ПК-7, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-7.1, ПК-7.2, ПК-7.3)

10. Каким образом Вы отбирали рациональные методики управления тренировочным процессом? (код компетенции – ПК-7, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-7.1, ПК-7.2, ПК-7.3)

11. Разработали ли Вы в процессе практики какие либо новейшие методики управления тренировочным процессом? (код компетенции – ПК-7, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-7.1, ПК-7.2, ПК-7.3)

12. Разработали ли Вы в процессе практики какие либо новейшие методики управления соревновательной деятельностью? (код компетенции – ПК-7, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-7.1, ПК-7.2, ПК-7.3)

13. Как Вы анализировали достигнутые результаты спортивной подготовки занимающихся? (код компетенции – ПК-7, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-7.1, ПК-7.2, ПК-7.3)

14. Применяли ли Вы информационно-коммуникационные технологии в процессе прохождения практики? (код компетенции – ПК-8, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-8.1, ПК-8.2, ПК-8.3)

15. Назовите правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи (код компетенции – ПК-8, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-8.1, ПК-8.2, ПК-8.3)

16. Какие техники оценки подготовленности занимающихся Вы использовали во время практики? (код компетенции – ПК-8, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-8.1, ПК-8.2, ПК-8.3)

17. Как Вы анализировали информацию о состоянии здоровья занимающихся? (код компетенции – ПК-8, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-8.1, ПК-8.2, ПК-8.3)

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

Для проведения практики используется база СОЛ «Политехник», которая соответствует действующим санитарным, противопожарным нормам и требованиям к технике безопасности.

На территории базы СОЛ «Политехник» располагаются бадминтонная, теннисная, баскетбольная и волейбольная площадки, футбольное поле, беговые дорожки. Так же имеются теннисные столы и необходимый спортивный инвентарь.

## **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.

2. Семенов Л.А. Введение в научно-исследовательскую деятельность в сфере физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие / Семенов Л.А. — Электрон. текстовые данные. — М.: Советский спорт, 2011. — 200 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/16818> — ЭБС «IPRbooks», по паролю.

### **Дополнительная литература**

1. 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.

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

3. 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.

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

5. 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.

6. Ласковец С.В. Методология научного творчества [Электронный ресурс]: учебное пособие / Ласковец С.В.— Электрон. текстовые данные. — М.: Евразийский открытый институт, 2010. — 32 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/10782> — ЭБС «IPRbooks», по паролю.

7. Столяров В.И. Инновационные направления, формы и методы физкультурно-спортивной работы с населением (отечественный и зарубежный опыт). Ч.1: монография / В.И. Столяров. – Москва: Русайнс, 2017. – 159 с.

### **Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»**

1. Электронный читальный зал “БИБЛИОТЕХ”: учебники авторов ТулГУ по всем дисциплинам.- Режим доступа: <https://tsutula.bibliotech.ru/>, по паролю. - Загл. с экрана.

2. Научная Электронная Библиотека eLibrary – библиотека электронной периодики, режим доступа: <http://elibrary.ru/> , по паролю. - Загл. с экрана.

3. Электронно-библиотечная система IPRbooks: библиотека печатных и электронных книг, режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru> , по паролю. - Загл. с экрана.

## **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».