


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»  
«24» января 2023г., протокол №6

Заведующий кафедрой  
 С.А. Архипова

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
учебной практики (ознакомительной практики)

**основной профессиональной образовательной программы  
высшего образования – программы бакалавриата  
по направлению подготовки  
44.03.01 Педагогическое образование**

с направленностью (профилем)  
**Физическая культура**

Форма обучения: очная

Идентификационный номер образовательной программы: 440301-01-23

Тула 2023 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 совершенствование и углубление теоретической подготовки бакалавров, приобретение ими практических навыков и компетенций, а также опыта самостоятельной профессиональной деятельности.

**Задачами** прохождения практики являются:

- изучение структуры и организации работы базы практики;
- знакомство студентов с профессиональной деятельностью;
- применение знаний, умений и навыков, полученных студентами в процессе обучения;
- приобретение профессионально-педагогических навыков в организации и проведении учебно-тренировочных занятий на базе практики;
- формирование устойчивого интереса к профессиональной деятельности.

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

Вид практики – учебная практика.

Тип практики – ознакомительная практика.

Способ проведения практики – стационарная.

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 установлены в общей характеристике основной профессиональной образовательной программы, приведен ниже.

В результате прохождения практики обучающийся должен:

### **Знать:**

1) принципы поиска, отбора и обобщения информации (код компетенции – УК-1, код индикатора – УК-1.1);

2) виды ресурсов и ограничений для решения проектных задач, необходимые для осуществления проектной деятельности, правовые нормы и принципы принятия управленческих решений (код компетенции – УК-2, код индикатора – УК-2.1);

3) основы, правила и закономерности устной и письменной деловой коммуникации; функциональные стили русского и иностранного языков (код компетенции – УК-4, код индикатора – УК-4.1);

4) основные принципы эффективного управления собственным временем; основные приемы самоконтроля, саморазвития и самообразования на протяжении всей жизни (код компетенции – УК-6, код индикатора – УК-6.1).

**Уметь:**

- 1) критически анализировать и синтезировать информацию для решения поставленных задач (код компетенции – УК-1, код индикатора – УК-1.2);
- 2) определять оптимальные варианты решений для достижения поставленной цели, учитывая имеющиеся ресурсы, ограничения и действующие правовые нормы, в том числе требования антикоррупционного законодательства (код компетенции – УК-2, код индикатора – УК-2.2);
- 3) создавать высказывания различной жанровой специфики в соответствии с коммуникативным намерением в устной и письменной формах на русском и иностранном языках (код компетенции – УК-4, код индикатора – УК-4.2);
- 4) эффективно планировать и контролировать собственное время; проявлять способность к саморазвитию и самообучению (код компетенции – УК-6, код индикатора – УК-6.2).

**Владеть:**

- 1) методами критического анализа и системного подхода для решения поставленных задач (код компетенции – УК-1, код индикатора – УК-1.3);
- 2) методиками разработки цели и задач проекта; методами оценки потребности в ресурсах; навыками работы с нормативно-правовой документацией (код компетенции – УК-2, код индикатора – УК-2.3);
- 3) навыками межличностного делового общения на русском и иностранном языках (код компетенции – УК-4, код индикатора – УК-4.3);
- 4) методами управления собственным временем; технологиями приобретения умений и навыков; методиками саморазвития и самообразования в течение всей жизни (код компетенции – УК-6, код индикатора – УК-6.3).

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 обязательной части основной профессиональной образовательной программы.

Практика проводится во 2 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							
2	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;
- выполнение обучающимся индивидуального задания под руководством руководителя практики;
- составление обучающимся отчёта по практике.

## 6 Структура и содержание 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.

Учебная практика проводится на базе кафедры «Физическое воспитание и спорт» ТулГУ, имеющей необходимые условия для организации практики.

Студенты знакомятся с материально-технической базой кафедры ФВиС (спортивные залы, площадки, медицинский кабинет), с персоналом учреждения (преподаватели кафедры ФВиС, медицинская сестра).

Обучающиеся осуществляют просмотр занятий по физической культуре, проводимых преподавателями, анализируют занятия, составляют план-конспект уроков подготовительной части занятия, проводят занятия по физической культуре и физкультурно-спортивный праздник в качестве помощника преподавателя.

Кроме того, бакалавры в период прохождения практики участвуют в решении текущих вопросов, выполняют поручения преподавателя по физической культуре, фиксируют промежуточные результаты работы, что должно быть подтверждено оформленным отчетом по практике.

### 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 традициями и формами работы образовательной организации и педагогическим коллективом базы практики.

**Задание 2.** Изучить и проанализировать основные документы деятельности преподавателя физической культуры.

**Задание 3.** Посетить занятия по физической культуре, проводимые преподавателем ФК.

**Задание 4.** Провести педагогический анализ занятия по ФК.

**Задание 5.** Разработать и оформить план-конспект занятия по ФК.

**Задание 6.** Разработать и оформить план-конспект физкультурно-спортивного праздника.

**Задание 7.** Провести подготовительную часть занятия по ФК.

**Задание 8.** Принять участие в организации физкультурно-спортивного праздника в качестве помощника преподавателя.

**Задание 9.** Принять участие в проведении физкультурно-спортивного праздника в качестве помощника преподавателя.

**Задание 10.** Изучить правила проведения соревнований по видам спорта.

## 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			
	0 – 39	40 – 60	61 – 80	81 – 100
Стобалльная система оценивания				
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

Структура отчета по практике:

1. Введение
2. Ознакомление с деятельностью базы практики и основной документацией преподавателя.
3. Педагогический анализ тренировочного занятия, проводимого специалистом ДЮСШ.
4. План-конспекты подготовительных частей тренировочных занятий по виду спорта
5. Участие в экскурсиях (спортивно-массовых и оздоровительных мероприятиях)
6. Заключение
7. Список литературы

Отчет предоставляется в распечатанном виде. Страницы текста должны соответствовать формату А4 (210х297мм). Текст отчета должен быть выполнен на одной стороне листа. Общий объем – не менее 15 страниц (без списка использованной литературы и приложений).

Рекомендуется подготовка текста в среде Windows, в редакторе Word. Параметры документа следующие: интервал – 1,5, кегль (размер) – 14, шрифт - Times New Roman. Размеры полей: левое – 30мм, правое – 10мм, верхнее – 20мм, нижнее – 20мм. Выравнивание текста – по ширине страницы.

## **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. При прохождении практики какие принципы поиска, отбора и обобщения информации Вы использовали? (код компетенции – УК-1, коды индикаторов достижения компетенции – УК-1.1, УК-1.2, УК-1.3)
2. Какими приемами самоконтроля и саморазвития Вы пользовались на протяжении прохождения практики? (код компетенции – УК-6, коды индикаторов достижения компетенции – УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3)
3. Получилось ли у Вас применить методы управления собственным временем в период прохождения практики? Если «да», то как? (код компетенции – УК-6, коды индикаторов достижения компетенции – УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3)
4. Проявили ли Вы способность к самообучению? Как это выразилось? (код компетенции – УК-6, коды индикаторов достижения компетенции – УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3)
5. Как вы применили методы критического анализа и системного подхода для решения задач, поставленных в ходе прохождения практики? (код компетенции – УК-1, коды индикаторов достижения компетенции – УК-1.1, УК-1.2, УК-1.3)
6. Воспользовались ли Вы навыками работы с нормативно-правовой документацией? Если «да», то как? (код компетенции – УК-2, коды индикаторов достижения компетенции – УК-2.1, УК-2.2, УК-2.3)
7. Как Вы применили навыки межличностного делового общения в период прохождения практики? (код компетенции – УК-4, коды индикаторов достижения компетенции – УК-4.1, УК-4.2, УК-4.3)
8. В чем заключается педагогический анализ занятия по физической культуре? (код компетенции – УК-1, коды индикаторов достижения компетенции – УК-1.1, УК-1.2, УК-1.3)
9. Что является главной целью анализа занятия по физической культуре? (код компетенции – УК-1, коды индикаторов достижения компетенции – УК-1.1, УК-1.2, УК-1.3)
10. О чем свидетельствует умение методически грамотно и разносторонне проводить анализ занятия? (код компетенции – УК-2, коды индикаторов достижения компетенции – УК-2.1, УК-2.2, УК-2.3)
11. Назовите способы разработки план-конспектов подготовительных частей тренировочных занятий по виду спорта (код компетенции – УК-2, коды индикаторов достижения компетенции – УК-2.1, УК-2.2, УК-2.3).
12. Готовясь к проведению занятия по физической культуре, практикант, прежде всего, разрабатывает план-конспект занятия. Сколько различают частей в построении каждого занятия? (код компетенции – УК-2, коды индикаторов достижения компетенции – УК-2.1, УК-2.2, УК-2.3)
13. На занятиях по физической культуре решаются три основные задачи, от реализации которых зависит гармоническое развитие учащихся. Назовите их (код компетенции – УК-2, коды индикаторов достижения компетенции – УК-2.1, УК-2.2, УК-2.3).
14. Назовите основные направления работы базы практики (код компетенции – УК-2, коды индикаторов достижения компетенции – УК-2.1, УК-2.2, УК-2.3).
15. Назовите основные традиции и распорядок базы практики (код компетенции – УК-4, коды индикаторов достижения компетенции – УК-4.1, УК-4.2, УК-4.3).
16. Перечислите технологии разработки план-конспектов занятий различного типа по видам спорта с использованием групповых форм организации деятельности занимающихся

(код компетенции – УК-1, коды индикаторов достижения компетенции – УК-1.1, УК-1.2, УК-1.3).

17. Перечислите технологии разработки план-конспектов занятий различного типа по видам спорта с использованием индивидуальных форм организации деятельности занимающихся (код компетенции – УК-1, коды индикаторов достижения компетенции – УК-1.1, УК-1.2, УК-1.3)

18. Что собой представляет подготовительная часть занятия? (код компетенции – УК-1, коды индикаторов достижения компетенции – УК-1.1, УК-1.2, УК-1.3)

19. Что собой представляет основная часть занятия? (код компетенции – УК-1, коды индикаторов достижения компетенции – УК-1.1, УК-1.2, УК-1.3)

20. Что собой представляет заключительная часть занятия? (код компетенции – УК-1, коды индикаторов достижения компетенции – УК-1.1, УК-1.2, УК-1.3)

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

Для проведения практики требуется наличие стандартных спортивных залов с аудиотехникой, зала аэробики с зеркалами, а также инвентаря и оборудования: фитболы, степ-платформы, мячи гимнастические, гантели, палки гимнастические, скакалки, обручи, гимнастические коврики, напольные весы.

## **10 Перечень учебной литературы и ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для проведения практики**

### **Основная литература**

1. Годик М.А. Комплексный контроль в спортивных играх [Электронный ресурс]: учебное пособие / Годик М.А., Скородумова А.П. – Электрон. текстовые данные. – М.: Советский спорт, 2012. – 336 с. – ЭБС «IPRbooks». – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/9861>, по паролю.

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

6. 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 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/>.

### **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».