

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 ФОТ  
«24» января 2023г., протокол №6

Заведующий кафедрой



С.А. Архипова

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ПРОВЕДЕНИЮ  
ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ  
(ПРЕДДИПЛОМНОЙ ПРАКТИКИ)**

**основной профессиональной образовательной программы  
высшего образования – бакалавриата**

по направлению подготовки  
**49.03.01 Физическая культура**

с направленностью (профилем)  
**Физкультурно-оздоровительные технологии**

Форма обучения: очная, заочная

Идентификационный номер образовательной программы: 490301-01-23

Тула 2023 год

## Разработчик(и) методических указаний

Архипова С.А., зав. каф. ФОТ, доцент, к.п.н.



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

**Целью** прохождения практики является освоение студентами системы научно-практических компетенций и реализация их в своей профессиональной деятельности, анализа данных научных исследований и подготовки выпускной квалификационной работы.

**Задачами** прохождения практики являются:

- закрепление умений проводить научные исследования по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием опробованных методик;
- развитие умения осуществлять научный анализ, обобщение и оформление результатов исследований;
- применение информационных технологий для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности, контроля состояния занимающихся, обработки результатов исследования, решения других практических задач.

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

Вид практики – производственная практика.

Тип практики – преддипломная практика.

Способ проведения практики – стационарная.

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

Продолжительность практики – 4 недели (216 академических часов).

Практика проводится в 8 семестре.

## **3. Организация практики**

Для проведения практики используется материально-техническая база кафедры Физкультурно-оздоровительных технологий, ее аудиторный фонд, соответствующий действующим санитарным, противопожарным нормам и требованиям к технике безопасности.

Наличие компьютерного класса (10 персональных компьютеров) с выходом в сеть «Интернет» и установленным лицензионным программным обеспечением (Microsoft Windows 8.1, Microsoft Office 13, САПР КОМПАС, AutoCAD), позволяет обеспечивать свободный доступ обучающихся к вычислительной технике для ее широкого применения при работе над поставленными задачами производственной (преддипломной) практики.

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

## **4. Структура и содержание практики**

1. Планирование последовательности и сроков выполнения выпускной квалификационной работы.

2. Редактирование основных положений выпускной квалификационной работы: актуальности, цели и задач, гипотезы, объекта и предмета исследования, новизны, теоретической и практической значимости работы.

3. Ознакомление с требованиями, предъявляемыми к выпускным квалификационным работам, со стандартами и инструкциями, определяющими правила оформления научных работ.

4. Систематизация и анализ научной информации по разделам обзора научной литературы в рамках подготовки выпускной квалификационной работы.

5. Систематизация использованных методов по сбору и обработке научных данных.

6. Анализ и математическая обработка результатов научного исследования.

7. Анализ и обобщение, научная интерпретация результатов проведенных исследований.
8. Редактирование, обобщение и оформление результатов научного исследования в соответствии с требованиями ГОСТа.
9. Подготовка отчетной документации по преддипломной практике.
10. Представление результатов исследования в форме научного доклада, умение вести научную дискуссию.

### 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.** Спланировать последовательность и сроки выполнения выпускной квалификационной работы.

**Задание 2.** Выполнить редактирование основных положений выпускной квалификационной работы.

**Задание 3.** Ознакомиться с требованиями, предъявляемыми к выпускным квалификационным работам.

**Задание 4.** Ознакомиться со стандартами и инструкциями, определяющими правила оформления научных работ.

**Задание 5.** Провести анализ научной информации по разделам обзора научной литературы в рамках подготовки выпускной квалификационной работы.

**Задание 6.** Выполнить систематизацию использованных методов по сбору и обработке научных данных.

**Задание 7.** Провести математическую обработку результатов научного исследования.

**Задание 8.** Провести анализ и обобщение результатов проведенных исследований.

**Задание 9.** Выполнить редактирование, обобщение и оформление результатов научного исследования в соответствии с требованиями ГОСТа.

**Задание 10.** Подготовить отчет по практике.

**Задание 11.** Представить результаты исследования в форме научного доклада.

## 5. 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

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).

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

### **Основная литература**

1. Никитушкин В.Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебник / Никитушкин В.Г. — Электрон. текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2013. — 280 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/16824> — 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. 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.

2. 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

3. Хожемпо В.В. Азбука научно-исследовательской работы студента [Электронный ресурс]: учебное пособие / Хожемпо В.В., Тарасов К.С., Пухлянко М.Е. — Электрон. текстовые данные. — М.: Российский университет дружбы народов, 2010. — 108 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/11552> — ЭБС «IPRbooks», по паролю

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

1. <https://e.lanbook.com/> - ЭБС «Лань», доступ авторизованный.
2. <https://urait.ru/> - Образовательная платформа «Юрайт», доступ авторизованный.
3. <https://www.iprbookshop.ru/> - Цифровой образовательный ресурс IPR SMART, доступ авторизованный.
4. <https://tsutula.bookonline.ru/> - ЭБС ТулГУ «BookOnLime» учебные издания ТулГУ по всем дисциплинам, доступ авторизованный.
5. <https://cyberleninka.ru/> - Научная электронная библиотека «КиберЛенинка», доступ свободный.
6. <https://www.elibrary.ru/> - Научная электронная библиотека [eLibrary.ru](http://elibrary.ru), доступ свободный.
7. <http://www.bestpravo.ru/sss/gn-instrukcii/i7n.htm/> - Положение о производственной практике.

#### **8. 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».

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение высшего образования  
«Тульский государственный университет»

Институт педагогики, физической культуры, спорта и туризма  
Кафедра «Физкультурно-оздоровительные технологии»

**ДНЕВНИК СТУДЕНТА-ПРАКТИКАНТА  
(ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА)**

\_\_\_\_\_

(фамилия, имя, отчество)

Группа \_\_\_\_\_

Сроки прохождения практики: с \_\_\_\_\_ по \_\_\_\_\_

Место прохождения практики \_\_\_\_\_

Адрес: \_\_\_\_\_

Телефоны: \_\_\_\_\_

Директор: \_\_\_\_\_

Зам.директора  
по воспитательной работе \_\_\_\_\_

Учитель  
физической культуры \_\_\_\_\_

Классный руководитель \_\_\_\_\_

Медсестра \_\_\_\_\_

Курсовой руководитель практики \_\_\_\_\_

Методист по физической культуре \_\_\_\_\_

г. Тула, 2020

**Беседа с директором учебно-образовательного учреждения или его заместителем**

1. Краткая история учебного заведения и его современное состояние.
2. Характеристика педагогического и ученического коллективов учебного заведения.
3. Основные задачи и направления в работе учебного заведения в свете концепции модернизации российского образования.
4. Пути решения выдвинутых задач.
5. Характеристика учебно-воспитательного процесса учебного заведения.
6. Внеучебная работа учащихся.
7. Работа с родителями.
8. Методическая работа в профессиональном учебном заведении.

**Результат знакомства с учебно-образовательным учреждением**

Вид учебного заведения \_\_\_\_\_  
Количество и контингент учащихся \_\_\_\_\_  
Количество преподавателей \_\_\_\_\_  
Из них имеющих категории и звания \_\_\_\_\_  
Режим работы учебного учреждения \_\_\_\_\_  
Основные направления в работе \_\_\_\_\_

Учебное учреждение в своей работе использует инновации \_\_\_\_\_

Традиции учебного учреждения \_\_\_\_\_

Материальная база \_\_\_\_\_

Трудности в работе \_\_\_\_\_

**Ознакомительная справка об учебно-образовательном учреждении**



**Расписание звонков**

<i>1 смена</i>			<i>2 смена</i>		
Урок	Начало	Конец	Урок	Начало	Конец

**Расписание уроков в прикрепленном классе**

День недели	Урок					
	1	2	3	4	5	6
Понедельник						
Вторник						
Среда						
Четверг						
Пятница						
Суббота						

**Расписание работы спортивных секций**

День недели	Время проведения					
Понедельник						
Вторник						
Среда						
Четверг						
Пятница						
Суббота						

«Утверждаю»

\_\_\_\_\_ Ф.И.О. курсового руководителя  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**Индивидуальный план**

работы студента-практиканта \_\_\_\_\_  
на период с \_\_\_\_\_ по \_\_\_\_\_ 20\_\_ / \_\_\_\_\_ уч.года  
(составляется на основе содержания педагогической практики)

№ п/п	Содержание работы по разделам практики	Сроки выполнения	Отметка о выполнении

### Анализ урока физической культуры

Урок физической культуры в \_\_\_\_\_ классе

Дата \_\_\_\_\_, место проведения \_\_\_\_\_

Ф.И.О. проводившего урок \_\_\_\_\_

Ф.И.О. наблюдавшего урок \_\_\_\_\_

В классе по списку \_\_\_\_\_, присутствовало: \_\_\_\_\_, занималось: \_\_\_\_\_

Задачи урока: \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

### Подготовка педагога к проведению урока

---

---

---

---

---

### Проведение педагогом урока

---

---

---

### Поведение учащихся

---

---

---

### Поведение учителя

---

---

---

---

### Результаты урока

---

---

---

### Выводы и предложения

---

---

---

**Оценочная карта экспресс-анализа и эффективности урока практиканта  
(оценивает учитель физической культуры)**

Разделы профессиональной подготовки практиканта	№ п/п	Перечень умений и навыков	Оценка подготовленности			
			5	4	3	2
Предурочная подготовка	1	Соответствие конспекта урока по форме и содержанию установленным требованиям				
	2	Подготовка мест занятий и инвентаря				
Организационные навыки	3	Умение подавать команды и распоряжения, требовать четкого их выполнения. Владение голосом				
	4	Правильность выбора места учителя, размещения учащихся				
Методическая и спортивно-техническая подготовка	5	Правильная дозировка и соответствие упражнений подготовительной части задачам урока				
	6	Включение необходимого материала повторения				
	7	Техника показа упражнений				
	8	Соблюдение обоснованной методической последовательности в обучении				
	9	Эффективность указаний по устранению общих технических ошибок				
	10	Продуктивность использования времени при показе и объяснении учебного материала				
	11	Устранение индивидуальных ошибок учащихся				
Навыки воспитательной работы	12	Использование педагогических мер поощрения и наказания учеников для достижения рабочей дисциплины				
	13	Оценивание работы учащихся на уроке				
Результативность урока	14	Оптимальная моторная плотность урока				
	15	Овладение учащимися правильной схемой изучаемых упражнений				
	16	Решение задач по выработке у школьников физических и морально-волевых качеств				
Планирование и учет самостоятельной работы учащихся	17	Домашнее задание (реальность его выполнения и проверки на уроках)				
Сумма баллов			Оценка за урок			

Подпись учителя физической культуры \_\_\_\_\_

# План-конспект зачетного урока

Дата проведения \_\_\_\_\_ место проведения \_\_\_\_\_ класс \_\_\_\_\_

Задачи урока: 1. \_\_\_\_\_  
 2. \_\_\_\_\_  
 3. \_\_\_\_\_

Инвентарь, учебные пособия: \_\_\_\_\_

Часть урока	Содержание урока	Дозировка	Организационно- методические указания

### Протокол хронометрирования урока физической культуры

Урок провел \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ Время \_\_\_\_\_  
 Школа \_\_\_\_\_ Класс \_\_\_\_\_ Место проведения \_\_\_\_\_  
 По списку учеников \_\_\_\_\_ Присутствовало \_\_\_\_\_  
 Занималось \_\_\_\_\_  
 Фамилия наблюдаемого \_\_\_\_\_  
 Задачи урока: 1. \_\_\_\_\_  
 2. \_\_\_\_\_  
 3. \_\_\_\_\_  
 Хронометрировал урок \_\_\_\_\_

Содержание деятельности одного ученика	Показания секундомера	Распределение времени по видам деятельности					
		Объяснение и показ	Выполнение упражнений	Отдых	Перестроения	Простой	Примечания
Подготовительная часть							
Основная часть							
Заключительная часть							
ИТОГО:							

### Общая и моторная плотность урока

Части урока	Общая плотность	Моторная плотность
Подготовительная часть		
Основная часть		
Заключительная часть		
Урок в целом		

### Протокол изменения ЧСС на уроке физической культуры

Школа \_\_\_\_\_ Класс \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ Место проведения \_\_\_\_\_

Урок провел \_\_\_\_\_

Наблюдения проводил \_\_\_\_\_ за учеником \_\_\_\_\_

Задачи урока: 1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

Действия, предшествующие подсчету пульса	Время под- счета пульса от начала урока	ЧСС	
		за 10 сек	за 1 мин

## Анализ физической подготовленности учащихся

Исследование проведено в \_\_\_\_\_ классе. Дата \_\_\_\_\_

**Количество учащихся в классе** \_\_\_\_\_ **Количество обследованных** \_\_\_\_\_

Уровень физической подготовленности учащихся

Физические качества	уровни развития			Общий уровень подготовки
	Низкий (количество человек)	Средний (количество человек)	Высокий (количество человек)	
Скоростные				
Координационные				
Скоростно-силовые				
Выносливость				
Гибкость				
Силовые				

Общий вывод об уровне физической подготовки и необходимости развития физических качеств учеников обследуемого класса: \_\_\_\_\_

---



---



---

Рекомендованные индивидуальные задания по физической культуре

Ученику (це) \_\_\_\_\_

**Физическая подготовка – общая**

\_\_\_\_\_ и по  
**физическим качествам**

Рекомендуемый комплекс упражнений для самостоятельного выполнения дома

Вид деятельности	дозировка		
	Начальная	Задание	Результат
Общеразвивающие упражнения			
Тренирующие упражнения			
Дополнительные упражнения			

Режим выполнения комплекса - \_\_\_\_\_ в день \_\_\_\_\_ в неделю.