

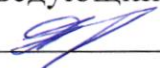
МИНОБРНАУКИ РОССИИ

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
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: 490301-01-23

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 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, приведен ниже.

В результате прохождения практики обучающийся должен:

Знать:

- 1) технологии спортивной тренировки в виде спорта (код компетенции – ПК-4, код индикатора – ПК-4.1);
- 2) 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);

- 3) критерии предварительного соревновательного отбора (код компетенции – ПК-4, код индикатора – ПК-4.1);
- 4) комплексные методики совершенствования спортивной техники и тактики в виде спорта (код компетенции – ПК-4, код индикатора – ПК-4.1);
- 5) нормативные правовые акты, регламентирующие создание условий безопасности для здоровья и жизни обучающихся при организации и проведении образовательного и тренировочного процессов, а также при организации и проведении спортивных, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий (код компетенции – ПК-5, код индикатора – ПК-5.1);
- 6) способы предотвращения возникновения основных причин травматизма, в числе которых: организационные недостатки при проведении занятий, несоответствие выбора средств целям и задачам, отсутствие страховки или неправильное ее применение (код компетенции – ПК-5, код индикатора – ПК-5.1);
- 7) правила профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом (код компетенции – ПК-5, код индикатора – ПК-5.1);
- 8) содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки, комплексы общеразвивающих и специальных упражнений, соответствующие специфике выбранного вида спорта (код компетенции – ПК-9, код индикатора – ПК-9.1);
- 9) технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин) (код компетенции – ПК-9, код индикатора – ПК-9.1);
- 10) виды, особенности применения восстановительных средств в виде спорта, их влияние на организм спортсменов (код компетенции – ПК-9, код индикатора – ПК-9.1);
- 11) направления и технологии индивидуализации спортивной подготовки (код компетенции – ПК-9, код индикатора – ПК-9.1);
- 12) комплексные методики совершенствования спортивной техники и тактики в виде спорта (группе спортивных дисциплин) (код компетенции – ПК-9, код индикатора – ПК-9.1);
- 13) федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (код компетенции – ПК-9, код индикатора – ПК-9.1).

Уметь:

- 1) 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);
- 2) 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);
- 3) использовать систему методов стимулирования для устойчивого закрепления спортивной мотивации занимающихся (код компетенции – ПК-4, код индикатора – ПК-4.2);
- 4) разрабатывать и реализовывать тренировочные программы, обеспечивающие профилактику травматизма (код компетенции – ПК-5, код индикатора – ПК-5.2);
- 5) показывать в простой и наглядной форме выполнение упражнения, обучать приемам и методам тренировок для достижения спортивного результата (код компетенции – ПК-9, код индикатора – ПК-9.2);
- 6) анализировать и интерпретировать данные комплексного исследования функционального состояния организма занимающегося, использовать их для определения направленности и объема тренировочных нагрузок (код компетенции – ПК-9, код индикатора – ПК-9.2);
- 7) контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения (код компетенции – ПК-9, код индикатора – ПК-9.2);

- 8) использовать современное спортивное оборудование, технику, тренажеры для обеспечения спортивного результата (код компетенции – ПК-9, код индикатора – ПК-9.2);
- 9) разрабатывать и пояснять занимающимся физиологическую задачу тренировок (код компетенции – ПК-9, код индикатора – ПК-9.2).

Владеть навыками:

- 1) формирования у занимающихся состояния готовности к соревнованиям, самонастройки, сосредоточения внимания и мобилизации (код компетенции – ПК-4, код индикатора – ПК-4.3);
- 2) 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);
- 3) подготовки занимающихся по инструкторской и судейской практике (код компетенции – ПК-4, код индикатора – ПК-4.3);
- 4) обеспечения условий для профилактики травматизма в процессе занятий (код компетенции – ПК-5, код индикатора – ПК-5.3);
- 5) построения индивидуализированного тренировочного процесса занимающихся (код компетенции – ПК-9, код индикатора – ПК-9.3);
- 6) формирования у занимающихся состояния готовности к соревнованиям, самонастройки, сосредоточения внимания и мобилизации (код компетенции – ПК-9, код индикатора – ПК-9.3);
- 7) проверки выполнения занимающимися плановых заданий и мероприятий, предусмотренных программой спортивной подготовки, индивидуальными планами подготовки (код компетенции – ПК-9, код индикатора – ПК-9.3);
- 8) проведения с обучающимися тренировок на основе комплекса общеразвивающих и специальных упражнений (код компетенции – ПК-9, код индикатора – ПК-9.3);
- 9) подготовки занимающихся по инструкторской и судейской практике (код компетенции – ПК-9, код индикатора – ПК-9.3).

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 академи-ческих часах	Работа с руководителем практики от университета	Промежу-точная атте-стация	
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 настроя, 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			
	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 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 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).

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. Приходилось ли Вам в ходе практики проводить методически обоснованный отбор занимающихся в спортивную команду? (код компетенции – ПК-4, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3)
2. Каким образом Вы контролировали физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий? (код компетенции – ПК-4, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3)
3. Как вы диагностировали типичные симптомы перетренированности и перенапряжения в процессе прохождения практики? (код компетенции – ПК-4, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3)
4. Использовали ли Вы систему методов стимулирования для устойчивого закрепления спортивной мотивации занимающихся? (код компетенции – ПК-4, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3)
5. Какие комплексные методики совершенствования спортивной техники и тактики в виде спорта Вы можете назвать? (код компетенции – ПК-4, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3)
6. Перечислите технологии спортивной тренировки в виде спорта (код компетенции – ПК-4, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3)
7. Знаете ли Вы правила соревнований по видам спорта и дисциплинам? (код компетенции – ПК-4, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3)
8. Организовывали ли Вы в процессе прохождения практики спортивные соревнования для занимающихся? (код компетенции – ПК-4, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3)
9. Приходилось ли Вам в ходе практики разрабатывать и реализовывать тренировочные программы, обеспечивающие профилактику травматизма? (код компетенции – ПК-5, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-5.1, ПК-5.2, ПК-5.3)
10. Каким образом Вы обеспечивали условия для профилактики травматизма в процессе практики? (код компетенции – ПК-5, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-5.1, ПК-5.2, ПК-5.3)
11. Назовите способы предотвращения возникновения основных причин травматизма, в числе которых: организационные недостатки при проведении занятий, несоответствие выбора средств целям и задачам, отсутствие страховки или неправильное ее применение (код компетенции – ПК-5, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-5.1, ПК-5.2, ПК-5.3)

12. Приходилось ли Вам в процессе прохождения практики показывать в простой и наглядной форме выполнение упражнений, обучать приемам и методам тренировок? (код компетенции – ПК-9, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-9.1, ПК-9.2, ПК-9.3)

13. Проводили ли Вы анализ данных комплексного исследования функционального состояния организма занимающегося? (код компетенции – ПК-9, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-9.1, ПК-9.2, ПК-9.3)

14. Как Вы использовали эти данные для определения направленности и объема тренировочных нагрузок занимающихся? (код компетенции – ПК-9, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-9.1, ПК-9.2, ПК-9.3)

15. Контролировали ли Вы физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий? (код компетенции – ПК-9, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-9.1, ПК-9.2, ПК-9.3)

16. Диагностировали ли Вы типичные симптомы перетренированности и перенапряжения занимающихся? Каким образом? (код компетенции – ПК-9, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-9.1, ПК-9.2, ПК-9.3)

17. Как Вы использовали современное спортивное оборудование, технику, тренажеры в процессе практики? (код компетенции – ПК-9, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-9.1, ПК-9.2, ПК-9.3)

18. Приходилось ли Вам разрабатывать и пояснять занимающимся физиологическую задачу тренировок? (код компетенции – ПК-9, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-9.1, ПК-9.2, ПК-9.3)

19. Применили ли Вы навыки построения индивидуализированного тренировочного процесса занимающихся на практике? (код компетенции – ПК-9, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-9.1, ПК-9.2, ПК-9.3)

20. Как Вы проверяли выполнение занимающимися плановых заданий и мероприятий, предусмотренных программой спортивной подготовки? (код компетенции – ПК-9, коды индикаторов достижения компетенции – ПК-9.1, ПК-9.2, ПК-9.3)

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. <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](https://elibrary.ru/), доступ свободный.
7. <http://www.bestpravo.ru/sssrgn-instrukcii/i7n.htm/> - Положение о производственной практике.

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».