Екатеринбургский институт физической культуры (филиал)
Федерального государственного бюджетного
образовательного учреждения высшего образования
«Уральский государственный университет физической культуры»

СОГЛАСОВАНО
Директор МАУ СШ «Росток» г. Екатеринбурга
С.А. Курелюк

«УТВЕРЖДАЮ»
Зам. директора Екатеринбургского института
физической культуры (филиала)
ФГБОУ ВО «УралГУФК»
М.И. Салимов
« 25 » апреля 2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ (ознакомительная)

Направление подготовки **49.03.01 Физическая культура**

Квалификация (степень) выпускника – **бакалавр**

Форма обучения **– очная, заочная**

Екатеринбург 2019

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа учебной практики бакалавров составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», который ориентирует на компетентностный подход, как один из возможных вариантов повышения качества профессиональной подготовки, и позволяет судить о соответствии подготовки выпускника в условиях практической профессиональной деятельности, где требования к ней превращаются в пакеты компетенций и оцениваются на рынке труда.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРАКТИКИ

Цели учебной практики:

1) содействовать формированию у студентов целостного представления о профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта на основе изучаемых дисциплин;

2) ознакомить студентов с системой и реальными условиями работы тренера в ИВС, проведением тренировочной, воспитательной и спортивно-массовой работы спортивной организации.

3) изучить методики обучения с учетом специфики видов спорта и получить первичные навыки их реализации в условиях тренировочного процесса в спортивной организации.

Задачи учебной практики:

– способствовать закреплению теоретических основ и методики обучения в ИВС;

– способствовать освоению техники ИВС;

– способствовать формированию навыков обеспечения безопасности при организации тренировочной деятельности и спортивных соревнований;

– способствовать формированию навыков организации и проведения тренировочных занятий в ИВС;

– способствовать формированию навыков организации и проведения соревнований по ИВС;

– способствовать развитию у обучающихся интереса к профессии тренера.

1. Способы и формы проведения учебной практики

Учебная практика проводится в спортивных организациях (СШ, спортивных клубах, коллективах ФК) в качестве помощника тренера по ИВС в выездной форме, концентрировано.

2. Перечень планируемых результатов обучения при прохождении учебной практики, соотнесённых с планируемыми результатами освоения ОПОП

В результате прохождения учебной практики у обучающегося формируются компетенции и по итогам практики обучающийся должен продемонстрировать следующие результаты:

Код компетенции	Наименование компетенции	Степень реализации компетенции (полностью/частично) Курс/семестр	Индикаторы достижения компетенции	Профессиональный стандарт, код трудовой функции, содержание трудовой функции (при наличии). / область, сфера, типы задач, задачи, объекты профессиональной деятельности выпускников
ОПК-1	**ОПК-1** Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающих-	**ОПК-1.1. Знает:** ***Пороговый уровень*** - Морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения. ***Высокий уровень*** - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; ***Повышенный уровень*** - содержания и правила оформления плана тренировочного занятия с использованием средств ИВС; - правила и организация соревнований в ИВС;	**ОПК-1** **Профессиональный стандарт Тренер** УТВЕРЖДЕН приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от «7» апреля 2014 г. №193н Подготовка спортсменов *Основная цель вида профессиональной деятельности:* Проведение со спортсменами тренировочных мероприятий и осуществление руководства состязательной деятельностью спортсменов для достижения спортивных результатов.

		ся различного пола и возраста	- способы оценки результатов обучения в ИВС; виды и технологию планирования и организации тренировочного процесса в ИВС. **ОПК-1.2. Умеет:** ***Пороговый уровень*** - выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; ***Высокий уровень*** - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; -поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; ***Повышенный уровень*** - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; -планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; **ОПК-1.3. Имеет опыт:** ***Пороговый уровень*** - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; ***Высокий уровень*** -планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств ИВС; -планирования тренировочных занятий по ИВС;	**Содержание трудовой функции:** **Код 05.003** B/01.5 Осуществление набора обучающихся в группы и секции этапа начальной подготовки (по виду спорта, спортивным дисциплинам) D/02.6 Совершенствование специальных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма спортсменов D/04.6 Планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства E/02.6 Совершенствование навыков соревновательной деятельности спортсменов Профессиональный стандарт Педагог дополнительного образования детей и взрослых УТВЕРЖДЕН приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации

			Повышенный уровень -составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении образовательных программ;	от «5» мая 2018г. № 298н **Код 01.003** A/01.6 Организация деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы
ОПК-3	Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке.	**ОПК-3.1. Знает:** ***Пороговый уровень*** -значение и виды ИВС; -воспитательные возможности занятий ИВС; -терминологию ИВС; ***Высокий уровень*** - основы техники ИВС; -методики обучения технике упражнений в ИВС; -методики развития физических качеств средствами ИВС; -методики контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях ИВС; -правила и организацию соревнований в ИВС; ***Повышенный уровень*** -методики проведения физкультурно-спортивных мероприятий, соревнований, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами ИВС; **ОПК-3.2. Умеет:** ***Пороговый уровень*** -использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по ИВС, в зависимости от поставленных задач; -использовать в своей деятельности терминологию ИВС; -распределять на протяжении занятия средства и методы с учетом их влияния на организм занимающихся;	**Код 05.003** D/01.6 Осуществление отбора обучающихся в группы и секции этапа совершенствования спортивного мастерства (по виду спорта, спортивной дисциплине) **Код 01.003** A/01.6 Организация деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы

			Высокий уровень - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в ИВС; -использовать средства ОФП, СФП, спортивных и подвижных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС); ***Повышенный уровень*** -организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений ИВС; -контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств ИВС; -определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в ИВС, подбирать приемы и средства для их устранения; проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; **ОПК-3.3. Имеет опыт:** ***Пороговый уровень*** проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; -владения техникой общеподготовительных, специально-подготовительных и соревновательных упражнений; -владения техникой видов ИВС на уровне выполнение контрольных нормативов; ***Высокий уровень*** проведения фрагмента занятия по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и вос-	

			питанию личности учащегося; ***Повышенный уровень*** - участия в судействе соревнования по ИВС;	
ОПК-5	способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения;	способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества	**Знать** **Пороговый уровень** - закономерности и факторы физического и психического развития, и особенности их проявления в разные возрастные периоды; -сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе; - принципы воспитания; - методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте; - формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессе; **Высокий уровень** - закономерности и факторы физического и психического развития, и особенности их проявления в разные возрастные периоды; -сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе; - принципы воспитания; - методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте; - формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессе; - характеристику коллектива и основы его формирования в спорте; - технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов; **Повышенный уровень…** - закономерности и факторы физического и психического раз-	

			вития, и особенности их проявления в разные возрастные периоды; -сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе; - принципы воспитания; - методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте; - формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессе; - характеристику коллектива и основы его формирования в спорте; - технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов; - организацию воспитательного процесса в образовательных организациях; - виды девиаций, формы проявления девиантного поведения, факторы их вызывающие и средства их профилактики в физической культуре и спорте. **Уметь** **Пороговый уровень** - решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и в сотрудничестве с другими тренерами; - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде; **Высокий уровень** - решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и в сотрудничестве с другими тренерами	

			- общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; - создавать условия для формирования социально-личностных качеств у занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; **Повышенный уровень** - решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и в сотрудничестве с другими тренерами; - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; - создавать условия для формирования социально-личностных качеств у занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - проводить информационно-просветительскую и агитацион-	

			ную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга **Имеет опыт:** **Пороговый уровень** - подготовки материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; **Высокий уровень** - подготовки материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - планирования воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных общеобразовательных программ; - составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом; **Повышенный уровень** - подготовки материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - планирования воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных общеобразовательных программ; - составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом; - организации участия обучающихся в мероприятиях патриотического и общественного характера, в том числе в спортив-	

			но-массовых мероприятиях	
ОПК-7	Способен обеспечить соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	Способен обеспечить соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	**ОПК-7.1. Знает:** ***Пороговый уровень*** -санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; ***Высокий уровень*** - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; ***Повышенный уровень*** -санитарно-гигиенические требования к занятиям ИВС, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; -факторы и причины травматизма в процессе занятий ИВС; -требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВС. -специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; **ОПК-7.2. Умеет:** ***Пороговый уровень*** обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, , размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий); ***Высокий уровень*** -оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; -проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;	**Код 05.003** B/03.5 Формирование у обучающихся представлений о теоретических основах вида спорта, спортивной этике **Код 01.003** A/04.6 Педагогический контроль и оценка освоения дополнительной общеобразовательной программы

			-распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; -оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояниях и травматических повреждениях; -распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; ***Повышенный уровень*** -разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; -вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; -выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности. **ОПК-7.3. Имеет опыт** ***Пороговый уровень*** измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; -использования специальной аппаратуры и инвентаря; -оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом; ***Высокий уровень*** -обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-	

			гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации; ***Повышенный уровень*** -обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий; -ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.	
ОПК-9	**ОПК-9** Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения оценки технической и физической подготовленности	**ОПК-9.1. Знает:** ***Пороговый уровень*** – методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; – механические характеристики тела человека и его движений; – систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; – влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; – закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; – методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; – механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; – принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию,	

			элементы консультирования; ***Высокий уровень*** – роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; – - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; ***Повышенный уровень*** – систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; – методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в ИВС; – -особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС. **ОПК-9.2. Умеет:** ***Пороговый уровень*** – интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; – определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; – оценивать эффективность статических положений и движений человека; – с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; – проводить экспресс-анализ мочи и определять степень вос-	

			становления организма после предшествующей нагрузки; – оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; – использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; ***Высокий уровень*** – моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; – подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; – проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; – использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; – подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; – планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; ***Повышенный уровень*** – оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; – пользоваться контрольно-измерительными приборами; – интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВС. **ОПК-9.3. Имеет опыт** ***Пороговый уровень***	

			– -проведения антропометрических измерений; – применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; – анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; – владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; ***Высокий уровень*** – применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; – контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; ***Повышенный уровень*** – применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; – проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; – анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВС.	

3. Место учебной практики в структуре ОПОП

Учебная практика относится к обязательной части ОПОП, учебные практики.

Требования, предъявляемые к «входным» знаниям.

Обучающийся должен обладать общими знаниями по анатомии и физиологии человека, полученными при изучении предшествующих учебных дисциплин в пределах программы по данным дисциплинам. Владеть основными понятиями теории и методики избранного вида спорта; иметь представление о влиянии физических нагрузок на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую и другие системы организма человека.

4. Объём учебной практики и её продолжительность

Общая трудоемкость (объем) учебной практики (по получению первичных профессиональных умений и навыков) составляет 9 зачетных единиц (ЗЕ).

Продолжительность практики –324 академических часа.

5. Содержание учебной практики

№ п/п	Раздел	Общая трудоёмкость (час)	Контактные часы/ контроль очно	Контактные часы/ контроль заочно	самостоятельная работа обучающихся	Формы текущего контроля успеваемости
Раздел – планирование и организация						
1.	Установочная конференция	1	1			Запись в журнале практики
2.	Знакомство с базой практики, администрацией, тренерским составом, учащимися прикреплённых групп. Составление индивидуального плана работы студента на период практики.	2			2	Запись в журнале практики
3.	Изучение годового и на период практики плана работы.	6			6	Оценка за составление плана
4.	Составление сценария спортивного мероприятия.	6			6	Оценка за составление сценария и его проведение
5.	Составление плана беседы и её проведение	6			6	Оценка проведение беседы
6.	Защита практики	1	1	2		Выступление на итоговой конференции
7.	Консультации	24	24	7		Запись в жур-

						нале практики
Раздел «ОФП»						
1.	Техника безопасности на занятиях по ОФП	2			2	Отметка в журнале
2	Проведение ОРУ (на месте, в движении, с предметами)	10			10	Конспект, оценка за проведение
3	Проведение подготовительной части занятия	20			20	Конспект, оценка за проведение
4	Проведение комплексов упражнений для развития физических качеств	30			30	Конспект, оценка за проведение
5	Проведение подвижных и спортивных игр, в том числе с элементами ИВС	30			30	Составление карточки игры оценка за проведение
Раздел – «СФП»						
1.	Техника безопасности на занятиях по ИВС	2			2	Отметка в журнале
2	Обучение основам техники упражнения ИВС	32			32	Конспект (владение средствами и методами обучения), оценка за проведение
3	Проведение подготовительных, подводящих и специальных упражнений ИВС	30			30	Комплексы упражнений, оценка за проведение
4	Проведение основной части тренировочного занятия	30			30	Карточка подвижной игры, оценка за проведение
5	Проведение заключительной части тренировочного занятия	10			10	Конспект, оценка за проведение
6	Проведение тренировочного занятия	30			30	Конспект, оценка за проведение
Раздел – «спортивно-массовая работа»						
1.	Проведение спортивно-массового мероприятия	25			25	Сценарий мероприятия, оценка за проведение
2	Проведение воспитательного мero-	7			7	Конспект беседы, оценка за

	приятия					проведение
3	Проведение мониторинга подготовленности учащихся прикреплённой группы (ОФП, СФП, комплекса ГТО)	20			20	Протоколы тестирования
	Всего	**324**	**26**	**9**	**298**	

5.2.Содержание практических занятий, структурированное по темам (разделам)

№	Наименование раздела	Содержание
Содержание практических занятий		
ОФП		
1	Техника безопасности на занятиях ИВС (ОФП, СФП)	Подготовка мест занятий, инвентаря и оборудования, выполнение требований по осуществлению страховки. Знание правил поведения в местах занятий.
2	Проведение ОРУ (на месте, в движении, с предметами)	Владение терминологией. Составление конспектов комплексов упражнений. Проведение строевых упражнений на месте и в движении. Проведение комплексов общеразвивающих упражнений с предметами (гимнастические палки, мячи, обручи, гантели и т.д.). Разбор и обсуждение ошибок.
3	Проведение комплексов упражнений для развития физических качеств	Владение техникой выполнения упражнений. Составление и проведение комплексов упражнений для развития (скоростных качеств, координации, гибкости, выносливости, силы). Разбор и обсуждение ошибок.
4	Проведение подвижных игр, в том числе с элементами ИВС	Знание видов и методики проведения подвижных игр для детей разных возрастных групп. Составление карточек подвижных игр. Проведение подвижных игр (для разных возрастных групп в том числе – сюжетных, на местности, с элементами ИВС). Анализ проведения игр.
5	Проведение спортивных игр	Владение основами техники игровых видов (баскетбола, волейбола, футбола и др.). Знание методики проведения спортивных игр. Проведение спортивных игр. Анализ проведения игр.
СФП		
1	Обучение основам техники упражнения ИВС	Знание техники видов ИВС. Умение демонстрировать технику упражнений в ИВС. Владение методикой обучения техническим действиям в ИВС (подбирать средства и методы в соответствии с этапами обучения). Проведение подготовительных, подводящих и специальных упражнений ИВС.
2	Проведение тренировочных занятий (частей).	Подготовка конспекта занятия в соответствии с задачами и проведение тренировочного занятия, его частей. Разбор и обсуждение ошибок.
спортивно-массовая работа		
1	Помощь в организации и проведении спортивного мероприятия.	Составление сценария спортивного мероприятия, участие в его проведении.

2	Проведение беседы	Составление плана беседы и её проведение с учащимися прикреплённой группы.
3	Проведение мониторинга подготовленности учащихся	Подготовка и проведение тестирования учащихся прикреплённой группы (ОФП, СФП, комплекса ГТО) в соответствии с возрастными нормативами. Оценка уровня подготовленности.

6. Формы отчётности по практике

По результатам прохождения учебной практики проводится итоговая отчётная конференция. В ходе, которой, студенты готовят устный отчёт и презентацию о результатах прохождения практики, сдают письменный отчёт (журнал) о проделанной практической работе.

По итогам учебной практики выставляется оценка.

Методические указания для обучающихся, определяющие порядок прохождения и содержание практики

Освоение обучающимся Учебной практики (по получению первичных профессиональных умений и навыков) предполагает выполнение обучающимся индивидуального задания в период проведения практики, изучение материалов в ходе самостоятельной работы, а также на месте проведения практики под управлением руководителя практики от принимающей организации. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения практики и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с настоящей рабочей программы. Ее может представить руководитель практики на установочной конференции или самостоятельно обучающийся использует информацию на официальном Интернет-сайте ЕИФК (филиал) ФГБОУ ВО «УралГУФК».

Следует обратить внимание на список основной и дополнительной литературы, которая имеется у Института, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

Учебная практика проходит в форме самостоятельной работы, а также практической работы в профильной организации. При подготовке к каждому виду занятий необходимо помнить особенности формы его проведения.

Подготовка к практической работе в организации *заключается в следующем.*

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к прохождению практики, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса:

С этой целью:

– внимательно прочитайте индивидуальное задание по практике и программу практики;

– запишите возможные вопросы, которые вы зададите руководителю практики.

Подготовка к самостоятельной работе:

При подготовке и самостоятельной работе во время проведения практики следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время практики, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к самостоятельной работе в период проведения Производственной практики заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач практики.

Самостоятельная работа в период проведения *практики включает несколько моментов:*

– консультирование обучающихся руководителями практики от института и организации с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенного руководителем задания, ознакомление с правилами техники безопасности при работе в организации;

– ознакомление с основной и дополнительной литературой, необходимой для прохождения практики;

– обобщение эмпирических данных, полученных в результате работы в организации;

– своевременная подготовка отчетной документации по итогам прохождения практики и представление ее руководителю практики от кафедры;

– успешное прохождение промежуточной аттестации по итогам практики.

Практическая работа в организации в период проведения *практики включает несколько моментов:*

– ознакомление с индивидуальным заданием на период прохождения практики в организации;

– сбор данных и эмпирических материалов, необходимых для выполнения индивидуального задания на период прохождения практики;

– несение ответственности за выполняемую работу в организации и ее результаты по итогам практики.

Продолжительность рабочего дня обучающихся при прохождении практики в организациях составляет для обучающихся в возрасте от 16 до 18 лет не более 35 часов в неделю (ст. 92 Трудового кодекса РФ), в возрасте от 18 лет и старше не более 40 часов в неделю (ст. 91 Трудового кодекса РФ). Для обучающихся в возрасте до 16 лет продолжительность рабочего дня при прохождении практики в организациях составляет не более 24 часов в неделю (ст. 92 Трудового кодекса РФ).

Обработка, обобщение полученных результатов самостоятельной работы проводиться обучающимися самостоятельно или под руководством руководителя практики от Института (в зависимости от степени сложности поставленных задач). В результате оформляется индивидуальный дневник прохождения практики и отчет. Подготовленная к сдаче на контроль и оценку работа сдается руководителю практики. Форма отчетности может быть пись-

менная, устная или две одновременно. Главным результатом в данном случае служит получение положительной оценки на защите практики.

Подготовка к зачету.

К зачету необходимо готовится целенаправленно, регулярно, систематически и с первых дней прохождения практики. При подготовке к зачетам (без оценки и с оценкой) обратите внимание на защиту отчета и подготовку презентации по итогам прохождения практики на основе выданных индивидуальных заданий и утвержденной программы практики.

После предложенных указаний у обучающихся должно сформироваться четкое представление об объеме и характере знаний и умений, которыми надо будет овладеть по итогам прохождения практики.

В отчёт по учебной практике (по получению первичных профессиональных умений и навыков) входит:

1. Инструктаж обучающихся по ознакомлению с требованиями охраны труда, техники безопасности, пожарной безопасности, а также правилам внутреннего трудового распорядка
2. Аттестационный лист с оценкой уровня освоения общепрофессиональных компетенций заверенный руководителями практики.
3. Совместный рабочий график (план) проведения практики, заверенный руководителями практики.
4. Индивидуальные задания, согласованные с руководителем базы практики.
5. Характеристика от организации, заверенная руководителем базы практики.
6. Дневник (с печатью и подписью от базы практики).

Сохранение отчета в электронном варианте для размещения в портфолио студента.

Дневник практики предоставляются руководителю практики от организации в печатном виде, в папке-скоросшивателе по графику сдачи отчетной документации, а так же в электронном варианте. Электронный вариант представляет собой PDF-версию документа с импортированными в него сканированными листами, содержащими подписи и печать (титульный лист, аттестационный лист, характеристика). В случае, если дневник и отчет были заполнен от руки, сканированию подлежат все страницы. Электронная версия размещается студентом в электронное портфолио.

7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной

аттестации обучающихся по учебной практике

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины (результаты по разделам)	Код контролируемой компетенции (или её части) / и ее формулировка	Наименование оценочного средства
1	Формирование годового и на период практики плана работы. Составление и проведение комплексов упражнений (подготовительных, подводящих и специальных упражнений ИВС) с учётом возраста и подготовленности занимающихся	**ОПК 1** Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	конспекты занятий, оценка за содержание и проведение
2	Составление сценария спортивного мероприятия. Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий. Составление конспектов и проведение тренировочных занятий (частей).	**ОПК 3** Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	оценка за подготовку сценария и проведение мероприятия.
3	Составление плана беседы и её проведение	**ОПК 5** способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения;	оценка за конспект урока (части) и его проведение
4	Техника безопасности на занятиях, ИВС	**ОПК 7** Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.	инструкция по ТБ, отметка в журнале
5	Проведение мониторинга подготовленности учащихся прикреплённой группы (ОФП, СФП, комплекса ГТО)	**ОПК 9** Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	протоколы тестирования

8. Перечень учебной литературы и ресурсов сети Интернет,

необходимых для проведения учебной практики

а) основная учебная литература:

1. Байрай, В.М. Гимнастика. Учебник / В.М. Байрай, В.Н. Курысь, И.Б. Павлов – издание 2-е доп. и перераб. – Ростов н /Д: Феникс, 2014, – 330 с.

2. Грецов, Г.В. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Лёгкая атлетика / Г.В. Грецов,С.Е. Войнова, А.А. Германова и др. – М.: Издательский центр «Академия», 2015. – 288 с.

3. Жилкин, А.И. Теория и методика легкой атлетики: учебник для ВПО/ А.И. Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В. Сидорчук. – 7-ое изд., испр. – М.: Академия, 2014. – 464 с.

4. Макаров, Ю.М. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Подвижные игры / Ю.М. Макаров, Н.В. Луткова, Л.Н. Минина и др. – М.: Издательский центр «Академия», 2015. – 272 с.

5. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения: учебник для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин, А.В. Лексаков; под ред. Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова. – 2-е изд. Стереоти. – М.: издательский центр «Академия», 2014. – 520 с.

6. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Гимнастика. / под ред. Е.С. Крючек, Р.Н. Терёхиной – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 288 с.

7. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта/ Ж.К. Холодов. – М.: Академия, 2015 – 360 с.

б) дополнительная учебная литература:

1. Железняк, Ю.Д. Волейбол. Методическое пособие по обучению игре / Ю.Д. Железняк, В.А. Кунянский, А.В. Чачин. – М.: Терра-Спорт, Олимпия Пресс. 2013. – 112 с. (Библиотечка тренера).

2. Жуков, М. Н. Подвижные игры: учебник для пед. ВУЗов / М.Н. Жуков. – 2-е изд., стереотип. – М.: Академия, 2014. – 160 с.

3. Курысь, В.Н. Подвижные игры / В.Н. Курысь, В.М. Баршай, В.Ф. Стрельченко. – М.: Издательство «Омега-Л», 2015 – 352 с.

4. Легкая атлетика и методика преподавания: Учеб. для вузов / Ю.В. Андреев; ред. О.В. Колодия. – М.: Физкультура и спорт, 2013. – 271 с.

5. Подвижные игры: учеб. пособие / И. М. Коротков, Л.В. Былеева, Р.В. Климкова и др. – М.: СпортАкадемПресс, 2012. – 229 с.

6. Подвижные игры: учебник / Л.В. Былеева, И.М. Коротков, Р.В. Климкова, Е.В. Кузьмичева. – М.: Физическая культура, 2013. – 283 с.

в) информационно-справочные ресурсы:

- любые поисковые системы в сети Internet.
- электронный каталог Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту (http://lib.sportedu.ru/Catalog.idc)/
- сайт научно-методического журнала «Теория и практика физической культуры» (http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/).

- сайт научно-методического журнала «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка», (http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/).
- научный портал http://www.teoriya.ru.
- http://www.rusathletics.com/ - Информационный портал «Легкая атлетика России». Доступ: свободный.

9 Программно-лицензионное обеспечение

ROSA ENTERPRISE LINUX DESKTOP
WPS OFFICE 2016 Linux
Dr.Web Desktop Security Suite (комплексная защита)
Система «Ведомости кафедры», «Авторвуз»

10 Базы данных информационно-справочные и поисковые системы

В своей деятельности преподаватели и студенты вправе воспользоваться:

– любыми поисковыми системы в сети Internet,
– электронным каталогом Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту (http://lib.sportedu.ru/Catalog.idc); http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=256906&DocQuerID=9517230&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=
- http://rucont.ru/ , https://rucont.ru/efd/568938

11. Описание материально-технической базы учебной практики

Для проведения учебной практики необходимы спортсооружения – соответствующие нормам безопасности, оборудованные для проведения занятий ИВС. Достаточное наличие различного спортивного оборудования и инвентаря необходимое для занятий ИВС.

12. Иные сведения и материалы

12.1. Место и время проведения учебной практики

Базами учебной практики являются спортивные организации (СШ, спортивные клубы, коллективы ФК) г. Екатеринбурга и Свердловской области.

Учебная практика (по получению первичных профессиональных умений и навыков) проходит на 3 курсе концентрированно в 6-ом семестре на очной, и заочной форме обучения в полном объёме.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ

Разработчики: И.Р.Вашляева
О.В.Молокова

Программа рассмотрена на заседании кафедры (наименование)
протокол № 8 от 10 Апреля 2019 г.

Зав. кафедрой И.В.Тарасевич

Проверил:
Начальник учебного отдела Л.А. Осадчая

Программа утверждена на заседании Методического совета
протокол № 8 от 25 апреля 2019 г.

Председатель Методического совета М.И. Салимов