



**МИНИСТЕРСТВО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА  
МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ**

Государственное бюджетное профессиональное образовательное  
учреждение Московской области  
«Училище (техникум) олимпийского резерва №4»

**СОГЛАСОВАНО**

Директор МАУ СШ «Спарта»

*А.П. Пятаев*  
А.П. Пятаев

«*19*» *августа* 2019 г.



**УТВЕРЖДАЮ**

Директор ГБПОУ МО «УОР №4»

*Т.Г. Подорожная*  
Т.Г. Подорожная

«*19*» *августа* 2019 г.



**ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ  
(ПО ПРОФИЛЮ СПЕЦИАЛЬНОСТИ)**

**ПМ.02 Организация физкультурно-спортивной деятельности различных  
групп населения  
по специальности среднего профессионального образования  
49.02.01 «Физическая культура»  
на 2019 – 2020 учебный год**

г.о. Чехов 2019 г.

Программа учебной практики ГБПОУ МО «УОР №4» «Училище (техникум) олимпийского резерва №4» по специальности 49.02.01 «Физическая культура», выпуск 2019 года.

### Разработано

в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования специальности 49.02.01 «Физическая культура», утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.08.2014 № 976 предметной (цикловой) комиссией преподавателей, реализующих ОПОП 49.02.01 «Физическая культура»

Протокол № 1 от «28» 08 2019 г.

Председатель МФ / Ермишкин А.И.

### Принято

На заседании Педагогического совета ГБПОУ МО «УОР №4» «Училище (техникум) олимпийского резерва №4» (с участием работодателя)

Протокол № 1 от «29» 08 2019 г.

- средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; дозирование и критерии величины физической нагрузки в лечебной физической культуре;
- показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры; основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;
- методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу;
- понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм;
- основные виды и приемы массажа.

Рабочая программа учебной практики разрабатывалась в соответствии с:

- 1.ФГОС СПО 49.02.01 Физическая культура;
- 2.Рабочим учебным планом образовательного учреждения по названной специальности;
- 3.Рабочей программой профессионального модуля.

При прохождении практики обучающийся должен освоить соответствующие компетенции:

Код	Наименование результата обучения
ПК 1.7	Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь
ПК 2.1	Определять цели и задачи и планировать физкультурные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.
ПК 2.2	Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.
ПК 2.3	Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия.
ПК 2.4	Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ПК 2.5	Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спорта.
ПК 2.6	Оформлять документацию (учебную, учётную, отчётную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий мест функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой спортом.
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии,

	проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3.	Оценивать риски и принимать решение в нестандартных задачах.
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального личностного развития.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнёрами.
ОК 7.	Ставить цели мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно - тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий.
ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознано планировать повышение квалификации.

### **Способ организации учебной практики (по профилю специальности)**

Способ организации практики - концентрированно.

### **Способы проведения учебной практики (по профилю специальности)**

Практика проводится стационарно.

### **Базы учебной практики (по профилю специальности)**

Практика проводится в учреждениях физкультурно-спортивной направленности г. Чехова и г. Рузы.

Перечень организаций, с которыми ГБПОУ МО «УОР №4» заключил договоры об организации и проведении практики в соответствии с образовательной программой среднего профессионального образования, размещен в приложении к образовательной программе и на официальном сайте.

### **Материально-техническая база, необходимая для проведения учебной практики (по профилю специальности)**

Организация, выбираемая студентом для прохождения практики (база практики) должна обладать следующим минимально необходимым материально-техническим обеспечением: спортивный зал, укомплектован спортивным инвентарем.

Содержание практики определено цикловой комиссией по учебным дисциплинам профессионального цикла специальности 49.02.01 Физическая

культура в соответствии с требованиями ФГОС СПО, содержанием ОПОП и планируемыми результатами обучения при прохождении практики.

## 2. ОБЪЕМ И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ

Объем практики составляет 2 недели, 12 дней (72 академических часа).

Содержание практики определено цикловой комиссией по учебным дисциплинам профессионального цикла специальности 49.02.01 Физическая культура в соответствии с требованиями ФГОС СПО, содержанием ОПОП СПО и планируемыми результатами обучения при прохождении практики.

### УЧЕБНЫЙ ПЛАН-ГРАФИК на 72 часа

№ п/п	Наименование рабочего места и перечень работ	Количество о часов
1	2	4
1.	Участие в установочной конференции, получение задания на производственную практику, составление плана работы на период практики Организация: ознакомление с базовой физкультурно-спортивной организацией, инструктаж по технике безопасности	2 2
2.	Изучение нормативной документации на сайте организации практики.	4
3.	Организация: изучение правил соревнований по избранному виду спорта. Изучение единой всероссийской спортивной классификации, порядка присвоения спортивных званий и разрядов	4
4.	Организация: просмотр учебно-тренировочных занятий с последующим анализом	4
5.	Организация: составление планов-конспектов учебно-тренировочных занятий	4
6.	Организация: изучение правил ведения документации при планировании, организации и проведении соревнований, особенностей составления положений о соревнованиях, программы соревнований	4
7.	Физкультурно-спортивные сооружения: посещение соревнований по избранному виду спорта	4
8.	Организация: изучение требований к физкультурно-спортивным сооружениям, инвентарю и оборудованию для проведения соревнований по избранному виду спорта	4
9.	Организация: проведение учебно-тренировочных занятий	4
10.	Организация: изучение обязанностей судей, положения о спортивных судьях. Изучение правил оформления судейской документации	4
11.	Организация: оформление судейской документации (заявка; личная карточка участника соревнований; программа соревнований; протокол соревнований; выписка из протокола соревнований; отчет о проведении соревнований; лист награждения)	4

12.	Организация: проведение соревнований	4
13.	Тестирование учащихся организации.	4
14.	Воспитательная работа с учащимися.	4
15.	Физкультурно-спортивные сооружения: требования к безопасности, Реестр спортсооружений.	4
16.	Оформление дневника по производственной практике.	4
17.	Оформление и подготовка к защите отчета по производственной практике.	4
18.	Итоговая конференция.	4

Объем практики 2 недели, 72 часа			
Коды компетенций		Виды деятельности	Формы и методы контроля
ОК	ПК		
ОК 1. ОК 2. ОК 4.	ПК 2.1.	Изучение структуры и содержания деятельности спортивной школы	разработка плана работы
ОК 1. ОК 2. ОК 4. ОК 5. ОК 6	ПК 2.2.	Изучение и анализ учебно-методических материалов, обеспечивающих учебно-тренировочный процесс и руководство соревновательной деятельностью в избранном виде спорта	анализ программ по ИВС
ОК 2. ОК 4. ОК 7.	ПК 2.5. 2.4.	Проведение воспитательной работы; Тестирование спортсменов	План беседы, протоколы тестирования
ОК 1. ОК 4. ОК 8.	ПК 2.3.	Изучение, анализ и систематизация педагогического опыта тренера-преподавателя по ИВС;	Анализ и самоанализ
ОК 2. ОК 3. ОК 7.	ПК 1.7.	Планирование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий	разработка положения о соревнованиях
ОК 2. ОК 4.	ПК 2.6.	Руководство соревновательной деятельностью в избранном виде спорта	Протоколы соревнований
ОК 1. ОК 4.	ПК 2.4.	Оформление отчетной документации; выступление на итоговой конференции.	составление пакета отчетных документов; дневник и отчет.

### **3. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОХОЖДЕНИЮ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ**

#### **3.1. Методические рекомендации для руководителя практики от ГБПОУ МО «УОР №4» и руководителя практики от организации**

Руководитель практики руководствуется «Положением о практике обучающихся, осваивающих основные образовательные программы среднего профессионального образования в ГБПОУ МО «УОР №4»» от 26.08.2015 г.

Руководитель практики от организации курирует деятельность обучающегося в период прохождения практики, консультирует его по выполнению заданий практики и осуществляет текущий контроль. По окончании практики оценивает уровень освоения компетенций, подтверждает записи обучающегося о выполненных работах в дневнике практики, составляет отзыв о работе обучающегося.

Руководитель практики от ГБПОУ МО «УОР №4» до начала практики помогает студенту заключить срочный договор (дополнительное соглашение) об организации и проведении практики, проводит установочную конференцию, в ходе которой знакомит обучающегося с программой практики, системой оценки.

Во время практики оказывает студенту консультационную помощь по выполнению заданий, осуществляет текущий контроль, по возможности посещает базу практики, поддерживает взаимосвязь с обучающимся посредством сети «Интернет», телефонной связи, личного общения.

После завершения практики проводит промежуточную аттестацию, оценивает уровень освоения компетенций обучающегося.

По итогам практики руководитель от ГБПОУ МО «УОР №4» проводит итоговую конференцию, на которой обсуждает результаты прохождения практики.

#### **3.2. Методические рекомендации для обучающихся по подготовке и прохождению практики**

##### **3.2.1. До начала практики обучающийся:**

1. Знакомится с содержанием программы практики на сайте ГБПОУ МО «УОР №4».
2. Выбирает базу практики и заключает договор.<sup>1</sup> Обучающийся может

пройти практику на базе:

- организаций, заключивших коллективные договоры об организации и проведении практики с университетом. Со списком организаций можно ознакомиться на сайте ГБПОУ МО «УОР №4»

3. Получает задания на практику, в том числе индивидуальное задание, у руководителя практики от ГБПОУ МО «УОР №4».

4. Проходит инструктаж по технике безопасности.

5. Участвует в установочной конференции.

### **3.2.2. В период прохождения практики:**

Обучающийся руководствуется «Положением об организации и проведении практик студентов, обучающихся по основным образовательным программам высшего и среднего профессионального образования на основе ФГОС» от 23.05.2013г. №397. Своевременно выполняет задания, предусмотренные п.3. данной программы. Ежедневно заполняет дневник практики.

### **3.2.3. После прохождения практики обучающийся:**

1. Предоставляет на кафедру документы:

- отчет о прохождении практики:

- титульный лист, введение, задание на практику, характеристика организации (базы прохождения практики), практические результаты, полученные студентом в процессе выполнения задания, заключение, список литературы, приложения.

- дневник практики;

2. Сроки предоставления документов: в течение двух недель после практики.

3. Проходит промежуточную аттестацию по итогам практики (п.6.);

4. Участвует в итоговой конференции.

### **3.2.4. Требования к написанию отчета обучающегося:**

1. Отчет по практике составляется студентом в виде единого документа.

2. К отчету прикладываются дневник практики и аттестационный лист оценки компетенций по результатам прохождения практики, заверенные руководителями практики от ГБПОУ МО «УОР №4».

3. В отчете должны быть отражены все результаты выполнения заданий за период практики.

### **Основной этап:**



- составление индивидуального плана работы (задание) на период практики;
- разработка плана-конспекта учебно-тренировочного занятия с оценкой «зачтено»/ «не зачтено» и два контрольных - по пятибалльной шкале;
- самоанализ учебно-тренировочного занятия;
- определение тестов по виду спорта;
- характеристика организации (базы прохождения практики),
- дневник практики работы обучающегося в период учебной практики (ПРИЛОЖЕНИЕ 1);

**Заключение:**

оформить и сдать отчетные материалы в конце второй недели практики;  
составить краткие выводы и предложения по результатам практики;  
принять участие в итоговой конференции и выступить с отчетом.  
список литературы и информационных ресурсов.

**3.2.5. Методические рекомендации по написанию и подготовке к защите отчета**

Отчет студента по практике выполняется как вид самостоятельной творческой деятельности, направленной на приобретение профессиональных знаний и умений педагога физической культуры.

Отчет должен быть соответствующе оформлен и отражать существенные ключевые моменты содержания практики. Текст отпечатан на компьютере в программе Microsoft Word. Шрифт - Обычный, Times New Roman. Размер шрифта - 14. Межстрочный интервал одинарный. Размер полей: нижнее и верхнее - по 2 см, с левой стороны - 3 см, с правой - 1,5 см. Ровнять текст необходимо по ширине. В работе использовать автоматический перенос текста (Сервис/язык).

**Учебный план-график**

<i>№</i>	<i>Наименование вида работ</i>	<i>Кол-во</i>
1.	Установочная конференция Ознакомление с базовым спортивным заведением.	3 3
2.	Изучение правил ведения документации, особенности составления тематических и поурочных, тренировочных планов	6
3.	Планирование на период практики. Составление плана работы и его выполнение.	6
4.	Посещение тренировок с их последующим анализом	6
5.	Проведение совместно с тренером занятий.	6

6.	Составление планов-конспектов тренировки.	6
7.	Самостоятельное проведение тренировок.	6
8.	Проведение индивидуальной, воспитательной работы с учащимися.	6
9.	Подготовка документации по проведению соревнований.	6
10.	Проведение соревнований.	6
11.	Оформление судейской документации по проведенным соревнованиям.	6
12.	Обобщение материала и оформление дневника и отчета.	3
	Итоговая конференция	3
Итого часов		72

#### **4. УСЛОВИЯ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ**

##### **4.1. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения программы практики. Основная литература:**

1. Барчуков, Игорь Сергеевич. Физическая культура [Текст] : учеб. для студентов вузов [квалификация "бакалавр"] / И. С. Барчуков ; под общ. ред. Н. Н. Маликова. - 4-е изд., испр. - М. : Академия, 2011. - 528 с.
2. Баршай, Владимир Максимович. Гимнастика [Текст] : учеб. для студ. вузов, обучающихся по спец. 050720.65 (033100) Физ. культура / В. М. Баршай, В. Н. Курьсь, И. Б. Павлов. - 2-е изд., доп. и перераб. - Ростов н/Д : Феникс, 2011. - 330 с.
3. Вараксин, Владимир Николаевич. Психолого - педагогический практикум [Текст] : учеб. пособие для студ. вузов / В. Н. Вараксин ; под ред. А. В. Болдыревой-Вараксиной. - Таганрог : Изд-во Таганрогского гос. пед. ин-та, 2011. - 252 с.
4. Грецова, Г.В. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Легкая атлетика [Текст] : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению подготовки "Физ. культура" / под ред. Г. В. Грецова, А. Б. Янковского. - М. : Академия, 2013. - 288 с.
5. Гришина, Юлия Ивановна. Общая физическая подготовка. Знать и уметь [Текст] : учеб. пособие для студ. вузов / Ю. И. Гришина. - Изд. 3-е. - Ростов н/Д : Феникс, 2012. - 249 с.
6. Гурьев, Сергей Владимирович. Физическая культура. 8-9 класс [Текст] : учеб. для общеобразоват. учреждений / С. В. Гурьев ; под общ. ред. М. Я. Виленского. - М. : Русское слово, 2012. - 144 с.
7. Железняк, Ю.Д. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения

[Текст] : учеб. для студ. вузов, обучающихся по спец. "Физ. культура" / под ред. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. - 7-е изд., стер. - М. : Академия, 2012. - 520 с.

8. Железняк, Ю.Д. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства [Текст] : учеб. для студ. вузов, обучающихся по спец. "Физ. культура" / под ред. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. - 5-е изд., стер. - М. : Академия, 2012. - 400 с.
9. Железняк, Юрий Дмитриевич. Методика обучения физической культуре [Текст] : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подготовки "Пед. образование" профиль "Физ. культура" / Ю. Д. Железняк, И. В. Кулишенко, Е. В. Крякина ; под ред. Ю. Д. Железняк. - М. : Академия, 2013. - 256 с.
10. Елизарова, Е.М. Физическая культура. 2-4 классы. Уроки двигательной активности [Текст] / авт.-сост. Е. М. Елизарова. - Волгоград : Учитель, 2013. - 95 с.
11. Капустин, А.Г. Общие вопросы обучения спортивным играм [Текст] : учеб. пособие / А. Г. Капустин, Р. Л. Осипов, А. И. Богданов. - Киров : Изд-во ГБПОУ МО «УОР №4», 2011, 2012. - 67 с.

#### **4.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для проведения практики:**

1. Микрюкова, М.Г. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды. Раздел "Гимнастика". Ч. 2 [Электронный ресурс]: УМК : направление подготовки 034300.62 Физ. культура / сост. М. Г. Микрюкова. - Электрон, текстовые дан. - Киров: [б. и.], 2012.

### **5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ**

**5.1. Система оценки качества прохождения практики** предусматривает следующие виды контроля:

- текущий контроль;
- промежуточная аттестация.

**Текущий контроль** осуществляется руководителем практики от учреждения. Проводиться в форме посещения баз практики и предварительной проверки материалов отчета по практике.

**Промежуточная аттестация** проводится в форме дифференцированного зачета. Дифференцированный зачет проводится в виде защиты отчетов по практике.

При проведении промежуточной аттестации обучающегося учитываются результаты текущего контроля

Отзыв (общую характеристику) о работе обучающегося в период прохождения практики руководитель практики от организации и руководитель практики от ГБПОУ МО «УОР №4» составляют в дневнике практики.

## 5.2. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов освоения программы практики

При оценивании результатов прохождения практики используется балльно-рейтинговая система.

### **Шкала баллов оценки каждого результата практики (компетенции)**

№ п/п	Показатели освоения компетенций	Уровень сформированности компетенции	Норма баллов *
1	Знает. Умеет, но не знает	Низкий уровень	2
2	Знает и умеет. Умеет, имеет навыки и (или) опыт деятельности (владеет)	Средний уровень	3
3	Знает, умеет, имеет навыки и (или) опыт деятельности (владеет)	Высокий уровень	5

Шкала баллов оценки каждого результата практики (компетенции) является единой для оценки уровня освоения всех компетенций.

Результаты текущего и промежуточного контроля проставляются руководителем практики от организации и руководителем практики от ГБПОУ МО «УОР №4» в ведомости оценки компетенций по результатам прохождения практики на основе шкалы баллов оценки каждого результата практики (компетенции).

Руководитель практики от ГБПОУ МО «УОР №4» после проведения промежуточной аттестации подводит итоги в ведомости оценки компетенций по результатам прохождения практики, переводит баллы в оценку:

### **Шкала перевода баллов в оценку**

Количество баллов	5-балльная оценочная шкала
1	2
80-100 баллов	«5» - отлично
70-79 баллов	«4» - хорошо
60-69 баллов	«3» - удовлетворительно
До 60 баллов	«2» - неудовлетворительно

## 6. ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ, ВНЕСЕННЫХ В ПРОГРАММУ

№ изменения, дата внесения, № страницы с изменением	
Было	Стало
Основание: Подпись лица, внесшего изменения	