


ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДАЛЬНЕВОСТОЧНАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

Кафедра Теории и методики физической культуры

«Утверждаю»  
Проректор по УР, доцент  
Д.В.Чилигин  
01 сентября 2015 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

***ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ (ПРЕДДИПЛОМНАЯ) ПРАКТИКА***

**Направление подготовки:**

**49.03.01 – Физическая культура**

(уровень бакалавриата)

**Профиль:** *Спортивная тренировка в избранном виде спорта*  
*Спортивный менеджмент*  
*Физкультурное образование*  
*Физкультурно-оздоровительные технологии*

**Тип практики:** *преддипломная*

**Способ проведения преддипломной практики:** *стационарная, выездная*

Форма обучения - очная, заочная

Хабаровск 2015

Рабочая программа «Преддипломная практика» /сост. Т.Н.Рютина.  
Хабаровск: Изд-во ДВГАФК, 2015. - 23с.

Рабочая программа составлена в соответствии с «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам — программ бакалавриата, программ специалитета, программ магистратуры», (Приказ Министерства Российской Федерации № 1367 от 19 декабря 2013 года). При ее разработке также учтены требования Федерального государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» (уровень бакалавриата), утвержденного Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 935 от 07.08.2014 г. и Основной профессиональной образовательной программы реализуемой ДВГАФК по соответствующему направлению подготовки.

Составитель \_\_\_\_\_ Т.Н. Рютина  
01.09.2015 г.  (подпись)

Рабочая программа утверждена на заседании Учебно-методического совета  
« 22» сентября 2015 г., протокол № 1

Зав. кафедрой



О.С.Шнейдер

Согласовано: директор библиотеки



Г.Ю. Карабутина

@ Рютина Т.Н., 2015  
@ ФГБОУ ВПО «ДВГАФК», 2015

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
1.ВИД ПРАКТИКИ, СПОСОБЫ И ФОРМЫ ЕЕ ПРОВЕДЕНИЯ.....	3
2. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПРИ ПРОХОЖДЕНИИ ПРАКТИКИ, СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ .....	5
3. ОБЪЕМ ПРАКТИКИ В ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦАХ И ЕЕ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТИ В НЕДЕЛЯХ ЛИБО В АКАДЕМИЧЕСКИХ ИЛИ АСТРОНОМИЧЕСКИХ ЧАСАХ.....	8
4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.....	8
4.1 В условиях Вуза.....	10
4.2. В условиях средних ССУЗа: .....	12
4.3. В условиях ДЮСШ:.....	14
4.4. В условиях СОШ:.....	16
4.5. В условиях КФК, СОК:.....	17
5. ФОРМЫ ОТЧЕТНОСТИ ПО ПРАКТИКЕ .....	18
5.1. В условиях ВУЗа и ССУЗа:.....	19
5.2. В условиях ДЮСШ:.....	19
5.3. В условиях СОШ:.....	19
5.4. В условиях КФК, СОК: .....	20
6.ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ.....	21
7. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ И РЕСУРСОВ СЕТИ "ИНТЕРНЕТ", НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИКИ .....	21
8.ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ПРАКТИКИ, ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ (ПРИ НЕОБХОДИМОСТИ).....	22
9. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ПРАКТИКИ .....	22

## **ВВЕДЕНИЕ**

Преддипломная практика является логическим продолжением практики, проводимой на III курсе. Она проводится в условиях, максимально приближенных в реальной деятельности бакалавра физической культуры. Практическая подготовка студентов проходит на базах высших учебных заведений, средне-специальных образовательных учреждений, детско-юношеских спортивных школ, спортивно-оздоровительных клубов, главном управлении спорта, комитете по физической культуре, в образовательных учреждениях города и края с полным отрывом студентов от учебных занятий.

### **Цель практики:**

Выполнение профессиональных обязанностей бакалавра физической культуры, на основе глубоких знаний и владения методами научных исследований, сбор материала для выпускной квалификационной работы.

### **Задача практики:**

1. Углубленное изучение организации работы по физической культуре.
2. Практическое совершенствование, расширение, углубление и закрепление знаний и навыков, приобретенных в процессе обучения в академии.
3. Совершенствование основных профессиональных умений и навыков, необходимых в работе.
4. Изучение и использование передового профессионального опыта в самостоятельной работе.
5. Формирование общекультурных, обще-профессиональных и профессиональных компетенций.

### **Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы**

- Дисциплина «Преддипломная практика» относится к вариативной части Блока 2, входящего в структуру программы бакалавриата (ОПОП ВО) и осваивается в V семестре обучающимися очной формы обучения, в VIII семестре обучающимися заочной формы обучения.

- Для освоения данной дисциплины необходимы знания, полученные при изучении таких дисциплин как Теория и методика физической культуры, Физиология человека, Теория и методика обучения базовым видам спорта, Теория и методика избранного вида спорта и во время прохождения педагогической практики.

- Рабочая программа дисциплины «Преддипломная практика» имеет общую трудоемкость равную 6 зачетным единицам.

## 1. ВИД ПРАКТИКИ, СПОСОБЫ И ФОРМЫ ЕЕ ПРОВЕДЕНИЯ

Преддипломная практика обучающихся очной и заочной форм обучения факультета профессиональной подготовки проводится в МБОУ средних общеобразовательных школах, гимназиях и лицеях г. Хабаровска и является базой для дальнейшего прохождения педагогической практики.

Преддипломная практика может включать в себя несколько этапов - ознакомительная практика по получению первичных профессиональных умений и др. К учебной практике, в зависимости от направления (специальности) относятся: практическое овладение базовыми видами физических упражнений, практика показательных уроков и занятий, экскурсоводческая практика и др. Перечень этапов и видов учебных практик по основной образовательной программе высшего образования определяется Вузом.

Основными принципами проведения практики обучающихся являются: интеграция теоретической и профессионально-практической, учебной и научно-исследовательской деятельностью студента.

Права и обязанности всех участников преддипломной практики конкретизированы Положением о порядке проведения практики обучающихся ДВГАФК.

Для студентов заочной формы обучения практика реализуется в объеме, предусмотренном для очной формы обучения.

За период практики студенты должны выполнить те же разделы программы, что и студенты очной формы обучения.

## 2. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПРИ ПРОХОЖДЕНИИ ПРАКТИКИ, СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Перечень планируемых результатов обучения при прохождении Преддипломной практики, соотнесен с планируемыми результатами освоения образовательной программы бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» (указаны в V разделе («Требования к результатам освоения программ бакалавриата») ФГОС ВО по данному направлению подготовки) и предусматривает формирование следующих компетенций: **Профиль: Физкультурное образование**

*общекультурные ОК – 6, 7, 8, 9; общепрофессиональные: ОПК - 1, 2, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13.; профессиональные: ПК - 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 20, 28, 29, 30, 31, 32, 33.*

**Профиль: Физкультурно-оздоровительные технологии**

*общекультурные ОК – 7,8; общепрофессиональные: ОПК - 1, 2, 4, 5, 7, 8, 9,10,11, 12.; профессиональные: ПК - 1, 2, 3, 4, 5,6,28 .29, 30,31,32,33.*

**Профиль: Спортивная тренировка в избранном виде спорта**

*общекультурные ОК – 7; общепрофессиональные: ОПК - 1, 4, 7, 8, ,11; профессиональные: ПК - 1, 2, 3, 8,9,10,11,12,13,14,15,2829, 30,31,32,33.*

**Профиль: Спортивный менеджмент**

*общекультурные ОК – 4,6, 7,8; общепрофессиональные: ОПК - 8, 9,10,11,13; профессиональные: ПК -21,22,23,24,25,26,27,28 29, 30,31,32,33.*

Составляющие результатов образования применительно к формируемым компетенциям (что обучающийся должен знать, уметь и чем он должен владеть) описаны в ОПОП ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» (уровень бакалавриата) (раздел «Паспорт формируемых компетенций).

В результате освоения дисциплины студент должен:

**Знать**

- государственно-установочных нормативных документов, относящихся к профессиональной деятельности в практической работе;
- роль физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста в области ФКиС;
- принципы физической подготовки и ее связи с развитием физических качеств, систем дыхания и кровообращения;
- о физической нагрузке и способах ее регулирования;
- о причинах возникновения травм во время занятий физическими упражнениями, профилактике травматизма;

**Уметь**

- самостоятельно планировать учебную, учебно-тренировочную, физкультурно-оздоровительную деятельности занимающихся с учетом конкретных условий данного учебного или физкультурно-оздоровительного учреждения (традиции, материальная база, подготовленность занимающихся);
- самостоятельно планировать и осуществлять работу с учащимися ДЮСШ, студентами и школьниками по их нравственному, трудовому и эстетическому воспитанию, целенаправленно реализуя принцип единства обучения и воспитания, тесную связь семьи и учебного заведения;
- оказывать доврачебную помощь при ссадинах, царапинах; легких ушибах и потертостях;

**Владеть**

- навыками самостоятельного преподавания предмета «Физическая культура» (осуществление теоретико-методического анализа

государственных и рабочих программ физического воспитания, учебно-методической литературы, подбор дидактического материала; самостоятельное проведение занятий с учетом современных теоретико-методических и практических требований к физическому воспитанию занимающихся; обеспечение воспитывающего характера обучения, развития творческой активности занимающихся при глубоком усвоении ими необходимых знаний, умений и навыков, умения применять их при самостоятельных занятиях физическими упражнениями и в жизненной практике);

- системой практических умений и навыков, обеспечивающих укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизиологических способностей и качеств, самоопределение в физической культуре;
- навыками контроля эффективности учебно-воспитательного, оздоровительно-рекреативного, тренировочного процессов;
- способами анализа учебно-воспитательных ситуаций, формулирования решения задач по направленному формированию личности занимающихся, их потребностей и интересов;
- навыками организации и проведения секционной работы по физической культуре и спорту;
- способами пропаганды физической культуры и спорта, здорового образа жизни и новых, оправдавших себя физкультурно-оздоровительных форм досуга студентов, школьников и учащихся ДЮСШ;
- способами формирования положительного отношения занимающихся к занятиям физической культурой;
- способами анализа и обобщения педагогического опыта, внедрения его в деятельность по совершенствованию физического воспитания в базовом учебном заведении;
- навыками проведения спортивно-массовой, агитационной и физкультурно-оздоровительной работы в педагогическом коллективе, с родителями учащихся;
- способами оценивания и проверки в условиях практической работы личного уровня овладения приобретенными в академии знаниями, умениями и навыками педагогической деятельности.

Выпускники в период практики принимают активное участие в методической и исследовательской работе (систематически анализируют свою практическую деятельность и опыт учебно-воспитательной работы преподавателя физической культуры, тренера, оказывают методическую помощь студентам младших курсов, участвуют в работе проблемных семинаров, круглого стола; готовят методические материалы для кабинета педагогической практики и отчетную документацию).

### 3. УКАЗАНИЕ ОБЪЕМА ПРАКТИКИ В ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦАХ И ЕЕ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТИ В НЕДЕЛЯХ ЛИБО В АКАДЕМИЧЕСКИХ ИЛИ АСТРОНОМИЧЕСКИХ ЧАСАХ

№	Недели практики	Распределение часов / зачетных единиц		
		Практические занятия	Самостоятельная работа	Всего часов/з.е.
1	Первая неделя	36/1	18/0,5	54/1,5
2	Вторая неделя	36/1	18/0,5	54/1,5
3	Третья неделя	36/1	18/0,5	54/1,5
4	Четвертая неделя	36/1	18/0,5	54/1,5
	ИТОГО:	144	72	216/6

### 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Программа практики обусловлена содержанием практической деятельности учителя физической культуры в общеобразовательной школе, преподавателя физической культуры вуза, техникума, колледжа, тренера ДЮСШ, инструктора СК, КФК, фитнесцентра, спортивно-оздоровительного клуба.

Программные требования реализуются в процессе выполнения следующих программных заданий.

#### *Организационно-ознакомительная работа:*

- участвовать во вводной и итоговой конференциях по практике, ознакомиться с целью, задачами, содержанием и особенностями организации профессионально-ориентированной практики;
- изучить программу практики и требования методиста по организации работы бригады во время практики;
- ознакомиться с основными направлениями работы, традициями, распорядком дня базы практики;
- принять участие в беседах с администрацией базового заведения, тренерами, инструкторами, учителями и преподавателями физического воспитания, кураторами учебных групп, заведующими кафедрами физической культуры. Ознакомиться с требованиями, предъявляемыми к занимающимся;
- заслушать сообщение врача об оценке состояния медицинского обеспечения базы практики, о состоянии здоровья занимающихся,



контингенте школьников и студентов, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе;

- ознакомиться с опытом учебной, учебно-тренировочной, воспитательной физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в системе базового заведения;
- ознакомиться с методикой организации и проведения учебных занятий по физическому воспитанию со школьниками и студентами специальных медицинских групп;
- осуществлять всю работу в период практики на основе утвержденного методистом бригады индивидуального плана прохождения практики;
- составить личное расписание проведения занятий в прикрепленных группах, тестирований занимающихся, спортивных праздников, соревнований и других мероприятий;
- участвовать в еженедельных собраниях бригады;
- участвовать во встрече «За круглым столом» с сотрудниками, преподавателями кафедры Теории и методики физической культуры, методистами бригады, обмениваться личным опытом работы в период практики;
- проанализировать свою деятельность за период практики и оформить отчет по практике;
- разработать предложения по совершенствованию практики.

#### ***Учебная работа:***

- Разработать индивидуальную программу проведения экспериментальной учебной работы .
- Подготовить конспекты на проводимые уроки, занятия и тренировки.
- Провести самостоятельно уроки, занятия и тренировки (не менее 30 занятий).
- Провести самостоятельно индивидуальные занятия (не менее 30 занятий).
- Подготовка и разучивание комплексов для малых форм физкультурно-оздоровительной работы.
- Подготовка и разучивание индивидуальных заданий для самостоятельной работы на дому.

#### ***Методическая работа:***

- Принимать участие в методических занятиях, совещаниях, проводимых методистами-преподавателями для студентов-практикантов.
- Принять участие в методических семинарах, инструктивных и организационных; совещаниях, проводимых для сотрудников учреждения.
- Работать со специальной литературой.

- Составление конспектов уроков, занятий и тренировок, комплексов утренней гигиенической гимнастики, индивидуальных занятий и заданий.
- Проведение медико-педагогического анализа уроков, занятий и тренировок, определение плотности занятий и физической нагрузки на занятии.
- Работа со специальной литературой.
- Проведение текущего и итогового учета эффективности занятий.

#### ***Воспитательная работа:***

- постоянно быть образцом дисциплинированности, выдержанности, аккуратности, вежливости и других высоконравственных качеств во взаимоотношениях с учителями, преподавателями, студентами, тренерами и учащимися ДЮСШ;
- изучить информацию о коллективе прикрепленной учебной или учебно-тренировочной группы (успеваемость, поведение в коллективе, черты характера и др.);
- обеспечить воспитывающий характер обучения в процессе учебных, учебно-тренировочных занятий; сочетать проведение спортивно-массовых мероприятий с решением задач нравственного, эстетического и трудового воспитания;
- разработать план мероприятий по пропаганде физической культуры и спорта, здорового образа жизни, подготовить и провести беседы на спортивные, нравственные, эстетические или другие темы, имеющие воспитательное значение;
- принять участие в подготовке и оформлении средств наглядной агитации физической культуры и спорта (информационные стенды, фотохроника, стенные газеты и т.п.);
- принять участие в выполнении плановых хозяйственных работ на объектах практики (ремонт инвентаря, оборудования и т. п.);

#### ***4.1 В условиях Вуза:***

- изучить руководящие документы по физической культуре в высшем учебном заведении (положения, приказы, постановления, инструкции и др.);
- изучить документы планирования и учета учебного процесса по предмету «Физическая культура», физкультурно-оздоровительных мероприятий и спортивно-массовой работы вуза;
- изучить основные требования и содержание профессионально-прикладной физической подготовки студентов с учетом условий и характера их будущего труда;
- изучить опыт преподавания предмета преподавателями физической культуры, товарищами по бригаде и использовать его в своей

практической деятельности;

- изучить и проанализировать опыт работы преподавателей физической культуры со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья;
- на основании утвержденного календарно-тематического и поурочного планов работы по дисциплине, составленных преподавателями кафедры, разработать поурочный план занятий на весь период практики на одну прикрепленную учебную группу;
- провести полный анализ 1-2 учебных занятий, проводимых преподавателем физической культуры или членом бригады;
- оформить в отчете по практике письменный педагогический анализ проведения учебного занятия преподавателем физической культуры или товарищем по бригаде;
- в качестве помощника преподавателя провести подготовительную часть 2-4-х занятий в разных учебных группах;
- в качестве помощника преподавателя провести основную часть в разных учебных группах, выполняя задания по обучению двигательным действиям, воспитанию физических качеств и др.;
- в качестве помощника преподавателя провести заключительную часть 2-4-х занятий в разных учебных группах, направленную на приведение организма занимающихся в нормальное после рабочее состояние, на формирование правильной осанки и др.;
- провести в качестве преподавателя с помощниками 2-4 занятия в прикрепленной учебной группе;
- самостоятельно преподавать предмет на разных курсах в объеме не менее 20-24 часов в неделю, проводить занятия различного типа, обеспечивая сообщение знаний, формирование двигательных умений и навыков в соответствии с программой воспитания физических качеств, осуществляя систематический контроль успеваемости;
- участвовать в подготовке студентов прикрепленной учебной группы к сдаче нормативных требований учебной программы, организовать и провести прием нормативов;
- разработать два развернутых тезиса лекций для чтения теоретического курса по физическому воспитанию в прикрепленной учебной группе;
- разработать и внедрить в практику работы со студентами различных групп задания для самостоятельного выполнения физических упражнений; систематически контролировать самостоятельную работу студентов;
- провести педагогические исследования (тестирование) уровня развития основных физических качеств студентов, прикрепленной

- группы с целью диагностики и коррекции их физического развития;
- оформить в отчете по практике письменный анализ результатов тестирования подготовленности студентов, прикрепленной учебной группы и сделать практические выводы;
  - ознакомиться с деятельностью спортивного клуба вуза;
  - участвовать в практической работе одной из спортивных секций вуза или группы ОФП, оздоровительного бега, ритмической или атлетической гимнастики и т.д., выполняя обязанности тренера; разработать планы-конспекты и самостоятельно провести не менее 6 занятий в прикрепленной спортивной секции или группе;
  - принять участие в организации и проведении всех массовых физкультурно-спортивных мероприятий (спортивных праздников, соревнований и др.);
  - выполнять задания методиста бригады по оформлению стендов агитационно-пропагандистского характера (уголок практиканта, фотогазета, фотоальбом и др.).

#### ***4.2. В условиях средних ССУЗа:***

- изучить руководящие документы по физическому воспитанию студентов средних специальных учебных заведений (положения, приказы, постановления, инструкции и др.);
- изучить документы планирования и учета: учебного процесса по предмету «физическая культура», физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного плана по внеурочным формам занятий, физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе учебного заведения;
- изучить основные требования и содержание профессионально-прикладной физической подготовки с учетом характера труда будущих специалистов;
- изучить опыт учебно-воспитательной работы ведущих преподавателей физической культуры;
- разработать рабочий план занятий на весь период практики для одной из прикрепленных учебных групп, в соответствии с планами работы преподавателей физической культуры;
- провести полный анализ 1-2 учебных занятий, проводимых преподавателями физической культуры или членами бригады;
- оформить в отчете по практике письменный педагогический анализ проведения учебного занятия преподавателем физической культуры или товарищем по бригаде;
- в качестве помощника преподавателя провести 2-4 раза подготовительную часть занятия в разных учебных группах;
- в качестве помощника преподавателя провести 2-4 раза основную часть занятия в разных учебных группах, выполняя задания по

обучению двигательным действиям, воспитанию физических качеств, профессионально-прикладной физической подготовке и др.;

- в качестве помощника преподавателя провести 2-4 раза - заключительную часть занятия в разных учебных группах, направленную на приведение организма занимающихся в нормальное после рабочее состояние, на формирование правильной осанки и др.;
- провести в качестве преподавателя с помощниками 2-4 занятия в прикрепленной учебной группе;
- самостоятельно преподавать предмет в различных группах не менее 20-24 часов в неделю, проводить занятия разного типа с учетом требований профессионально-прикладной физической подготовки студентов, обеспечивая сообщение знаний, формирование двигательных умений и навыков в соответствии с программой воспитания физических качеств, осуществляя систематический контроль за успеваемостью;
- участвовать в подготовке студентов прикрепленной учебной группы к сдаче нормативных требований учебной программы, организовать и провести прием данных нормативов;
- изучить опыт преподавания предмета преподавателей физической культуры и товарищей по бригаде и использовать его в своей практической деятельности;
- изучить и проанализировать опыт работы преподавателей физической культуры со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья;
- изучить опыт оздоровительной, физкультурно-массовой и спортивной работы в базовом учебном заведении;
- включить в систему занятий теоретические разделы программы физического воспитания;
- провести педагогическое исследование (тестирование) уровня развития основных физических качеств студентов прикрепленных учебных групп с целью диагностики, коррекции их физического развития;
- оформить в отчете по практике письменный анализ результатов тестирования подготовленности студентов прикрепленной учебной группы и сделать практические выводы;
- ознакомиться с деятельностью спортивного клуба базы практики;
- участвовать в практической работе с одной из спортивных секций или групп ОФП, оздоровительного бега, ритмической или атлетической гимнастики и др., выполняя обязанности тренера; разработать планы-конспекты и самостоятельно провести не менее

6 занятий в прикрепленной секции или группе;

- принять участие в организации и проведении всех массовых физкультурно-спортивных мероприятий (спортивных праздников, соревнований и др.);
- выполнять задания методиста бригады по оформлению стендов агитационно-пропагандистского характера (уголок практиканта, фотогазета, фотоальбом и др.).

#### **4.3. В условиях ДЮСШ:**

- изучить руководящие документы (программу для ДЮСШ и СДЮСШОР по виду спорта, положения о ДЮСШ, приказы и инструкции, постановления и др.) по работе ДЮСШ;
- изучить документы перспективного, текущего, оперативного планирования и учета работы в ДЮСШ: годовой план работы школы, учебный план и учебную программу по виду спорта, перспективные планы подготовки учащихся учебно-тренировочных групп и индивидуальные планы для каждого учащегося группы спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства, график прохождения учебного материала в отделениях и группах, расписание занятий, журнал учета работы, тарификационный список тренеров-преподавателей, работников школы, утвержденный вышестоящей организацией, таблицы работы, книги входящей и исходящей документации, книги спортивных рекордов школы, учета разрядников и судей по спорту, положения и протоколы соревнований, списки учащихся школ по отделениям и группам, их личные дела (заявления о приеме, личные и врачебные карточки);
- изучить систему и календарь спортивных соревнований;
- изучить методику проведения учебно-тренировочного процесса ведущими тренерами ДЮСШ с детьми различных возрастных групп и спортивной квалификации, для чего провести педагогические наблюдения на 2-3 тренировочных занятиях;
- провести полный анализ 1-2 тренировочных занятий, проводимых членами бригады;
- оформить в отчете по практике письменный педагогический анализ проведения тренировки по виду спорта;
- на основании утвержденного перспективного и годового планирования, составленного тренерами ДЮСШ, разработать план-график подготовки спортсменов на весь период практики в прикрепленной тренировочной группе;
- в качестве помощника тренера провести подготовительную часть 2-4-х занятий в разных возрастных группах;

- в качестве помощника тренера провести основную часть 2-4-х тренировочных занятий в группах разного уровня подготовленности, выполняя задания по обучению двигательным действиям, воспитанию физических качеств и др.;
- в качестве помощника тренера провести заключительную часть 2-4-х тренировочных занятий в разных возрастных группах, направленную на приведение организма занимающихся в нормальное после рабочее состояние, на формирование правильной осанки и др.;
- провести в качестве тренера с помощниками 2-4 тренировочных занятия в разных возрастных группах;
- провести самостоятельно 2-4 тренировочных занятия по виду спорта в группах разного уровня подготовленности и 2-4 занятия с различной преимущественной направленностью нагрузки в прикрепленной тренировочной группе;
- разработать рабочий план подготовки учащихся прикрепленных тренировочных групп на период практики;
- разработать планы-конспекты всех тренировочных занятий по виду спорта, проводимых самостоятельно;
- определить контрольные упражнения для оценки уровня различных видов подготовленности занимающихся;
- провести два раза (в начале и конце практики) тестирование уровня подготовленности занимающихся прикрепленной тренировочной группы;
- оформить в отчете по практике письменный анализ результатов тестирования подготовленности занимающихся прикрепленных тренировочных групп;
- разработать Положение о соревновании по виду спорта (на первенство учебно-тренировочной группы ДЮСШ, города, области и т.д.);
- изучить технологию составления финансовых документов при проведении учебно-тренировочных сборов и соревнований;
- ознакомиться с методикой отбора в ДЮСШ по избранному виду спорта и, по возможности, принять практическое участие в его осуществлении;
- провести зачетное занятие в прикрепленной группе;
- систематически вести учет успеваемости юных спортсменов (знаний по правилам соревнований, основам техники и тактики, определению уровня физической подготовленности) по результатам опроса, тестирования, участия в контрольно-подготовительных и других соревнованиях;
- принять участие в период практики в организации и проведении

- всех массовых физкультурно-спортивных мероприятий;
- выполнить задания тренера и методиста бригады по оформлению стендов агитационно-пропагандистского характера (уголок практиканта, фотогазета или альбом).

#### **4.4. В условиях СОШ:**

- изучить нормативные документы по физическому воспитанию школьников (положения, приказы, постановления, инструкции и т.п.);
- изучить документы планирования и учета учебного процесса по предмету «Физическая культура», физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного и продленного дня, внеклассных форм занятий, физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы учебного заведения;
- разработать сетку расписания учебных часов по предмету «Физическая культура» для учащихся старших классов;
- разработать календарно-тематический план учебной работы на весь период практики для одного из прикрепленных старших классов (в соответствии с планами преподавателей физического воспитания школы);
- подготовить конспекты на проводимые учебные занятия;
- самостоятельно преподавать предмет (в 2-3 параллелях не менее 10 уроков в неделю), проводить уроки разного типа, обеспечивая сообщение знаний, формирование двигательных умений и навыков в соответствии с программами, обучение умениям самостоятельно заниматься физическими упражнениями, используя задания на дом, осуществляя систематический контроль успеваемости;
- разработать комплексы заданий для самостоятельного выполнения физических упражнений и ввести их в практику работы со школьниками прикрепленных классов;
- провести педагогическое исследование (тестирование) уровня развития основных физических качеств учащихся прикрепленных классов с целью диагностики и коррекции их физического развития;
- оформить в отчете по практике письменный анализ результатов тестирования подготовленности школьников прикрепленных классов и сделать практические выводы;
- регулярно проводить с учащимися прикрепленного класса гимнастику до учебных занятий; физические упражнения и подвижные игры на удлиненных переменах; подвижные игры в группах продленного дня;
- изучить опыт физкультурно-оздоровительной и спортивной работы



- в учебном заведении;
- проводить дополнительные занятия в различных формах, обеспечивая качественное закрепление учебного материала программы всеми занимающимися прикрепленных классов;
  - изучать и пропагандировать опыт работы в базовом учебном заведении со школьниками, имеющими отклонения в состоянии здоровья. Материалы наблюдений и анализа представить в отчете по практике;
  - работать с основной, дополнительной и специальной научно-исследовательской литературой;
  - изучить систему и календарь спортивных соревнований;
  - изучить методику проведения секционных занятий с детьми различных возрастных групп ведущими преподавателями школы, для чего провести педагогические наблюдения на 2-3 занятиях;
  - провести полный анализ 1-2 секционных занятий, проводимых учителем или членами бригады;
  - оформить в отчете по практике письменный педагогический анализ учебно-тренировочного секционного занятия;
  - разработать рабочий план учебно-тренировочных занятий в прикрепленных спортивных секциях на период практики;
  - разработать планы-конспекты всех учебно-тренировочных секционных занятий, проводимых самостоятельно;
  - участвовать в практической работе одной из школьных спортивных секций или групп ОФП, оздоровительного бега, ритмической или атлетической гимнастики и др., выполняя обязанности тренера. Разработать планы-конспекты и самостоятельно провести не менее 6 занятий в прикрепленной спортивной секции;
  - в соответствии с планом физкультурно-массовой работы и календарем спортивных соревнований самостоятельно в качестве ответственного лица провести одно из массовых мероприятий по физической культуре и спорту (разработать план, программу, положение, подготовить актив, провести организационную и методическую работу, проанализировать результаты, представить отчет и предложения по совершенствованию этой работы);
  - участвовать в различных формах пропаганды физической культуры и спорта (спортивном вечере, оформлении стенда, выпуске стенгазеты, проведении бесед, лекций).

#### **4.5. В условиях КФК, СОК:**

- изучить нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность базовой организации по вопросам физической культуры и спорта;

- изучить документы планирования, учета, отчетности, методику их составления специфичную для данной системы;
- изучить организационную структуру базового учреждения;
- изучить опыт работы ведущих специалистов базы практики в области физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы;
- провести полный анализ 1-2 физкультурно-оздоровительных или учебно-тренировочных занятий, проводимых инструктором физической культуры или товарищем по бригаде;
- оформить в отчете по практике письменный педагогический анализ проведения физкультурно-оздоровительного или учебно-тренировочного занятия инструктором физической культуры или товарищем по бригаде;
- разработать рабочий план занятий на весь период практики для одной из физкультурно-оздоровительных или спортивно-тренировочных групп из расчета не менее двух занятий в неделю;
- разработать планы-конспекты физкультурно-оздоровительных или учебно-тренировочных занятий и провести самостоятельно не менее 10 занятий в одной из групп;
- разработать конспект производственной гимнастики для сотрудников базы практики;
- подготовить и провести беседу на спортивную тему;
- разработать план подготовки и проведения физкультурно-оздоровительного мероприятия;
- разработать положение о физкультурно-оздоровительном, или спортивно-массовом мероприятии;
- принять участие в организации и проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий (по плану организации);
- принять участие в судействе 2-3 соревнований по видам спорта;
- участвовать в мероприятиях СК, КФК с целью популяризации здорового образа жизни, физической культуры и спорта;
- проводить в физкультурно-оздоровительных или учебно-тренировочных группах разъяснительную работу о лечебно-профилактическом влиянии физических упражнений на организм занимающихся.

## **5. ФОРМЫ ОТЧЕТНОСТИ ПО ПРАКТИКЕ**

Разработать и представить методисту бригады в указанные сроки

следующие виды учебно-методической документации:

### **5.1. В условиях ВУЗа и ССУЗа:**

1. Индивидуальный план работы практиканта.
2. Календарно-тематический план учебной работы на семестр.
3. Конспект зачетного занятия (и конспекты всех проведенных занятий).
4. План-график спортивной секции или группы ОФП на мезоцикл.
5. Текст лекции или беседы с наличием плана и списка используемой литературы, подписи методиста, удостоверяющей её проведение.
6. Отчет о выполнении программы практики с педагогическим анализом учебного занятия по физической культуре, проведенного товарищем по бригаде и анализом результатов тестирования подготовленности студентов, прикрепленной учебной группы.
7. Характеристику на студента-практиканта с датой выдачи документа, заверенную подписью директора (ректора), заведующего кафедрой (отделом) физической культуры и методистом бригады, печатью учебного заведения. В конце характеристики должна быть выставлена оценка за практику.

### **5.2. В условиях ДЮСШ:**

1. Индивидуальный план работы практиканта.
2. План-график тренировочных занятий на мезоцикл.
3. Конспект зачетного тренировочного занятия (и конспекты всех проведенных занятий).
4. Педагогический анализ учебно-тренировочного занятия.
5. Расписание работы секции и журнал учета посещаемости занятий учащимися ДЮСШ.
6. Положение о соревновании и смета расходов на проведение соревнований.
7. Текст беседы на спортивную тематику (с наличием плана и списка используемой литературы, подписи методиста, удостоверяющей ее проведение).
8. Отчет о выполнении программы практики с анализом результатов тестирования подготовленности занимающихся, прикрепленных тренировочных групп.
9. Характеристика на студента-практиканта, составленная методистом бригады с датой выдачи документа, заверенная подписью директора и печатью ДЮСШ. В конце характеристики должна быть выставлена оценка за практику.

### **5.3. В условиях СОШ:**

1. Индивидуальный план работы практиканта.

- 2 Календарно-тематический план учебной работы на четверть для одного класса.
- 3 Планы-конспекты всех проводимых уроков, в том числе и контрольного урока.
- 4 Рабочий план спортивной секции.
- 5 Конспекты всех проведенных секционных занятий.
- 6 Журнал учета работы спортивной секции.
- 7 Положение о соревновании по виду спорта (на первенство школы, района, города).
- 8 Отчет о проведенном соревновании.
- 9 Текст лекции или беседы на спортивную тему.
- 10 Отчет практиканта о проделанной работе с педагогическим анализом учебно-тренировочного секционного занятия в прикрепленной группе и с результатами тестирования подготовленности школьников прикрепленных классов.
- 11 Характеристику на студента-практиканта, подписанную директором школы, старшим учителем физкультуры и методистом бригады, с датой выдачи и печатью школы.

#### ***5.4. В условиях КФК, СОК:***

- 1 Индивидуальный план работы практиканта.
- 2 План работы Совета КФК (спортивного клуба) на квартал.
- 3 Календарный план физкультурно-оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований на текущий год.
- 4 Конспекты занятий физкультурно-оздоровительной группы (10 шт).
- 5 Комплекс производственной гимнастики.
- 6 Положение о массовом физкультурно-оздоровительном мероприятии или соревновании по одному из массовых видов спорта для рабочих и служащих базовой организации.
- 7 Текст беседы на спортивную тему.
- 8 Отчет практиканта о проделанной работе с педагогическим анализом учебно-тренировочного/секционного занятия в прикрепленной группе и с результатами тестирования физической подготовленности занимающихся.
- 9 Характеристику на студента-практиканта, подписанную директором школы, старшим учителем физкультуры и методистом бригады, с датой выдачи и печатью школы.

## **6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

Фонд оценочных средств состоит из:

- паспорта фонда оценочных средств по Преддипломной практике;
- дневника практики
- критериев оценки дневника практики.

## **7. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ И РЕСУРСОВ СЕТИ "ИНТЕРНЕТ", НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИКИ**

### **Основная литература**

1. **Железняк Ю.Д.** Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учебное пособие для студ. Высш.учеб. Заведений /Ю.Д.Железняк, П.К.Петров. - 4-е изд., - М: издательский центр «Академия», 2008. - 272 с.
2. **Типовой план-конспект учебной программы для ДЮСШ, СДЮШОР** /Сбор. Офиц. Документов и материалов Гос. Ком. По ФКиС — М., 2001. - № 5.
3. **Холодов, Ж.К.** Теория и методика физической культуры и спорта [Текст]: учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования/ Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - 10-е изд., испр. - М.: Академия, 2012. - 480с. - (ВПО Сер. Бакалавриат)-ISBN978-5-7695-8798-6.
4. **Холодов, Ж.К.** Теория и методика физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования/ Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - 10-е изд., испр. - М.: Академия, 2012. - 480с. - (ВПО Сер. Бакалавриат)-ISBN978-5-7695-8798-6.-.-Режим доступа: [rucont.ru](http://rucont.ru)

### **Дополнительная литература**

1. **Бальсевич, В.К.** Спортивный вектор физического воспитания в российской школе [Текст]: монография/ В.К.Бальсевич. - М.: Теория и практика физической культуры и спорта, 2006. - 112с. - ISBN 5-93512-043-7
2. **Волков, Л.В.** Теория и методика детского и юношеского спорта [Текст]: учебник/ Л.В.Волков. - Киев: Олимпийская литература. - 294с. - ISBN 966-7133-50-8
3. **Кузнецов, В.С.** Физическая культура. Безопасность уроков, соревнований и походов. [Текст]: методическое пособие/В.С.Кузнецов, Г.А.Колодицкий. - М.: Изд-во НЦ ЭНАС. 2003. - (Портфель учителя). - 96с.

**4. Кузнецов, В.С.** Физическая культура. Силовая подготовка детей школьного возраста/ [Текст]: методическое пособие/В.С.Кузнецов, Г.А.Колодицкий. - М.: Изд-во НЦ ЭНАС. 2003. - (Портфель учителя). - 200с.

## **8. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ПРАКТИКИ, ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ (ПРИ НЕОБХОДИМОСТИ)**

При прохождении практики используются следующие сочетания видов учебной работы с методами и формами активизации познавательной деятельности обучающихся для достижения запланированных результатов обучения и формирования компетенций.

Информационные технологии	Виды учебной деятельности	
	ПЗ	СР
Дискуссия	х	
Проблемное обучение	х	Х
Обучение на основе опыта	х	Х

## **9. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ПРАКТИКИ**

При прохождении преддипломной практики студенты пользуются следующим инвентарем и оборудованием:

- 1 Оборудование для проведения уроков гимнастики.
- 2 Оборудование для проведения уроков легкой атлетики.
- 3 Оборудование для проведения спортивных игр.
- 4 Гимнастические палки.
- 5 Мячи различного диаметра.
- 6 Ноутбук.
- 7 Гантели.
- 8 Набивные мячи.
- 9 Фитболы.
- 10 Скакалки.
- 11 Тренажерные устройства.
- 12 Физкультурные зал.

- 13 Стадион.
- 14 Плавательный бассейн.