

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
"Амурский государственный университет"

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной и научной  
работе

                    Лейфа                     А.В. Лейфа

22 апреля 2024 г.

**ПРОГРАММА ПРАКТИКИ  
«ОЗНАКОМИТЕЛЬНАЯ ПРАКТИКА (ПОВЫШЕНИЕ СПОРТИВНОГО  
МАСТЕРСТВА)»**

Направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль) образовательной программы – Физическая культура и дополнительное образование Спортивная подготовка

Квалификация выпускника – Бакалавр

Год набора – 2024

Форма обучения – Очная

Составитель О.В. Юречко, доцент, канд. пед. наук

Факультет социальных наук

Кафедра психологии и педагогики

Программа практики составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направления подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.02.18 № 125

Программа практики обсуждена на заседании кафедры психологии и педагогики

01.04.2024 г. , протокол № 8

Заведующий кафедрой Лейфа А.В. Лейфа

СОГЛАСОВАНО

Учебно-методическое управление

Чалкина Н.А. Чалкина

22 апреля 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Научная библиотека

Петрович О.В. Петрович

22 апреля 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Выпускающая кафедра

Лейфа А.В. Лейфа

22 апреля 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Центр цифровой трансформации и  
технического обеспечения

Тодосейчук А.А. Тодосейчук

22 апреля 2024 г.

## 1. ТИП ПРАКТИКИ И СПОСОБ ПРОВЕДЕНИЯ

### 1.1. Тип (форма проведения) практики

Рассредоточенная

### 1.2. Способы проведения практики

Стационарная

## 2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРАКТИКИ

ознакомление учебно- тренировочным процессом по избранному виду спорта и самосовершенствование в определенной спортивной специализации

- систематическое повышение спортивного мастерства в избранном виде спорта за счет овладения техническим и тактическим арсеналом во время регулярных тренировочных занятий и спортивных соревнований;

- воспитание морально-волевых и личностных качеств занимающихся ;

- поддержание достаточного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

## 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

### 3.1. Универсальные компетенции и индикаторы их достижения

Категория (группа) универсальных компетенций	Код и наименование универсальной компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ИД-1 УК-7 Знать: основы здорового образа жизни и здоровьесберегающие технологии ИД-2 УК-7 Уметь: использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности ИД-3 УК-7 Владеть: навыками поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, соблюдает нормы здорового образа жизни

## 4. МЕСТО ПРАКТИКИ В СТРУКТУРЕ ОП

Учебная ознакомительная практика (повышение спортивного мастерства) является обязательным видом учебной работы студента и относится к части практик, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) профили «Физическая культура и Дополнительное образование (спортивная подготовка)» очная форма обучения.

Учебная ознакомительная практика (повышение спортивного мастерства) направлена на поддержание достаточного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, совершенствование в избранном виде спорта или спортивной специализации.

Для прохождения учебной ознакомительной практики (повышение спортивного мастерства) студенты используют компетенции, сформированные в ходе изучения дисциплин: «Теория и методика спортивной тренировки», «Профессиональная деятельность детского тренера», «Профессиональное физкультурно- спортивное совершенствование». Учебная ознакомительная практика (повышение спортивного мастерства) служит базой для прохождения преддипломной практики (проектно-технологической в дополнительном образовании). Учебная ознакомительная практика (повышение спортивного мастерства) позволяет студентам использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих и спортивно-ориентированных технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.

#### **5. МЕСТО И ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИКИ**

Местом проведения учебной ознакомительной практики (повышение спортивного мастерства) является кафедра психологии и педагогики Амурского государственного университета, а также детские юношеские спортивные школы по физической культуре и спорта, а также учреждения дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности, секции по избранным видам спорта Амурского государственного университета, где студенты могут повышать свое спортивное мастерство.

Организация и проведение практики направлено на обеспечение непрерывности и последовательности овладения студентами спортивным мастерством в соответствии с профилем подготовки и проводится в условиях максимально приближенных к будущей профессиональной деятельности.

Сроки прохождения учебной ознакомительной практики (повышение спортивного мастерства) устанавливаются в соответствии с учебным планом направления подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) профили «Физическая культура и Дополнительное образование (спортивная подготовка)»: рассредоточенная (9 семестр). Место проведения практики определяется выпускающей кафедрой

#### **6. ОБЪЕМ ПРАКТИКИ В ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦАХ И ЕЕ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ В НЕДЕЛЯХ**

Общая трудоемкость учебной ознакомительной практики (повышение спортивного мастерства) составляет 324 (акад. час.), 9 з.е.

Продолжительность учебной ознакомительной практики (повышение спортивного мастерства) в течение семестра рассредоточено (9 семестр).

#### **7. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ**

№ п/п	Разделы (этапы) практики	Содержание раздела (этапа) практики	Трудоемкость (в академических часах)
1	Организационный (подготовительный) этап	Организационное собрание. Составление плана учебно-тренировочных занятий по виду спорта. Сообщение критериев оценки по практике	4
2	Основной этап	Занятия в учебно-тренировочных группах по избранному виду спорта в соответствии со спортивной квалификацией	312
3	Заключительный этап	Предоставление отчета о систематичности посещения занятий и участия в соревновательной деятельности. Предоставление документа о получении спортивного разряда в	6

		избранном виде спорта в соответствии со спортивной квалификацией	
4	Зачет с оценкой	Отчет по практике	2
Итого 324.0 часов			

## **8. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ, НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЕ И НАУЧНО-ПРОИЗВОДСТВЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ НА ПРАКТИКЕ**

При прохождении учебной ознакомительной практики (повышение спортивного мастерства) обучающимся обеспечен доступ (удаленный доступ) к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам, перечисленным в рабочей программе.

Для проведения практических (лабораторных занятий) используется спортивная материально-техническая база Амурского государственного университета, спортивных школ, а также учреждений дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности, секций по избранным видам спорта, где студенты могут повышать свое спортивное мастерство.

Кроме того, при организации коммуникации со студентами-практикантами для предоставления информации, выдачи рекомендаций и консультаций применяются информационные технологии и консультирование преподавателем по месту практики:

1. Мультимедийные технологии, для чего ознакомительные лекции и инструктаж студентов во время практики проводятся в помещениях, оборудованных экраном, видеопроектором, персональными компьютерами. Это позволяет руководителям экономить время, затрачиваемое на изложение необходимого материала и увеличить его объем.
2. Дистанционная форма консультаций во время прохождения конкретных этапов учебной ознакомительной практики (повышение спортивного мастерства) и подготовки отчета.
3. Компьютерные технологии и программные продукты, необходимые для сбора и систематизации информации, разработки планов, подготовки к учебно-тренировочным и спортивным мероприятиям и т.д.

## **9. ФОРМА ОТЧЕТНОСТИ ПО ПРАКТИКЕ**

По истечении производственной учебной ознакомительной практики (повышение спортивного мастерства) каждый практикант (по окончании практики) представляет руководителю:

- 1) письменный отчет о прохождении учебной ознакомительной практики (повышение спортивного мастерства).

Отчет должен включать титульный лист, индивидуальное задание на прохождение практики, рабочий график (план) проведения практики, реферат, содержание, введение, основную часть, заключение, список использованных источников и приложения;

- 2) приложения к отчету:

- справка о посещаемости занятий в спортивной секции по избранному виду спорта;
- справка об участии в соревновательной деятельности по избранному виду спорта;
- документ, подтверждающий повышение спортивного мастерства (выполнение разрядных норм и требований по избранному виду спорта).

- 3) отзыв руководителя практики (тренера-преподавателя по избранному виду спорта). Отзыв должен содержать характеристику проведенной студентом работы, оценку выполнения индивидуального плана, его отношения к порученной работе.

Аттестация студентов-практикантов осуществляется в форме зачета, определяющего качество представленных им отчетных материалов и отзывов руководителей практики. Зачет с оценкой по результатам учебной ознакомительной практики (повышение спортивного мастерства) выставляется после проверки всех представленных материалов. Оценка по учебной ознакомительной практике (повышение спортивного

мастерства) заносится в экзаменационную ведомость и зачётную книжку, приравнивается к оценкам (зачётам) по теоретическому обучению и учитывается при подведении итогов общей успеваемости обучающихся и назначении на стипендию в соответствующем семестре.

Учебная ознакомительная практика (повышение спортивного мастерства) оценивается по пятибалльной системе.

Основные формы документации

1. Отчет по практике
2. Методическая папка-копилка (документы в соответствии с п.2 приложения к отчету) оформлены в соответствии с требованиями;

## **10. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ПРАКТИКЕ**

Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания, типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций, а также методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений и навыков, отражены в фонде оценочных средств по учебной ознакомительной практике (повышение спортивного мастерства).

Учет и оценку деятельности студентов осуществляют групповые руководители в контакте с тренерами-преподавателями. В итоговой оценке должны учитываться все стороны деятельности студентов на учебной практике.

Дифференцированная оценка складывается из следующих параметров:

- уровень спортивного мастерства;
- уровень анализа и самоанализа;
- качество оформления документации;
- отношение к практике.

При оценке результатов работы практиканта используются следующие методы:

- анализ документации студентов по практике (отчетов, протоколов и проч.);
- наблюдение за студентами в процессе практики и анализ качества работы;
- беседа со студентами, тренерами-преподавателями.

Вопросы к зачету с оценкой по учебной ознакомительной практике (повышение спортивного мастерства) 9 семестр

1. Исторические аспекты избранного вида спорта.
2. Соблюдение техники безопасности при занятиях избранным видом спорта и оказание первой помощи
3. Цель, задачи и методические принципы спортивной тренировки в избранном виде спорта.
4. Основные средства и методы спортивной тренировки в избранном виде спорта.
5. Общие положения по организации и проведению соревнований в избранном виде спорта
6. Характеристика соревновательной деятельности спортсменов (в избранном виде спорта).
7. Спортивная классификация в избранном виде спорта. Критерии и нормы.
8. Роль соревновательных нагрузок в годичном цикле подготовки в избранном виде спорта
9. Соревновательная подготовка спортсменов в избранном виде спорта
10. Система соревнований в избранном виде спорта
11. Структура соревновательной деятельности (на примере видов спорта).
12. Факторы, обуславливающие эффективность соревновательной деятельности в избранном виде спорта
13. Развитие физических качеств и способностей в избранном виде спорта
14. Тренировка и тренировочная деятельность в спорте.
15. Освоение технологии обучения двигательным действиям в избранном виде спорта
16. Тактика в избранном виде спорта
17. Обучение и совершенствование тактических действий в избранном виде спорта
18. Физкультурно-спортивные сооружения и инвентарь при занятиях избранным видом

спорта

19. Достижение запланированного результата в избранном виде спорта

20. Моделирование и прогнозирование в избранном виде спорта

## 11. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ПРАКТИКЕ

### 11.1. Литература

1. Базовые основы развития физических качеств и совершенствования функциональных и психологических способностей у студентов - спортсменов в вузах : монография / Н. Г. Головкин, С. И. Крамской, И. А. Амелеченко [и др.] ; под редакцией Н. Г. Головкин, С. И. Крамской. — Белгород : Белгородский государственный технологический университет им. В.Г. Шухова, ЭБС АСВ, 2017. — 194 с. — ISBN 978-5-361-00530-7. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: [https:// www.iprbookshop.ru/80408.html](https://www.iprbookshop.ru/80408.html) (дата обращения: 18.04.2024). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
2. Зангиева, М. Ж. Рабочая тетрадь по дисциплине «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» / М. Ж. Зангиева. — Владикавказ : Северо-Осетинский государственный педагогический институт, 2016. — 82 с. — ISBN 978-5-98935-185-5. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: [https:// www.iprbookshop.ru/64551.html](https://www.iprbookshop.ru/64551.html) (дата обращения: 18.04.2024). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/64551>
3. Лысова, И. А. Информативность показателей перспективности спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства : монография / И. А. Лысова, П. К. Лысов. — Москва : Московский гуманитарный университет, 2014. — 212 с. — ISBN 978-5-98079-937-7. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: [https:// www.iprbookshop.ru/22451.html](https://www.iprbookshop.ru/22451.html) (дата обращения: 18.04.2024). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
4. Совершенствование спортивного мастерства в избранном виде спорта : учебно-методическое пособие / составители С. Ю. Махов. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2020. — 106 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/95427.html> (дата обращения: 18.04.2024). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
5. Физическое самосовершенствование : учебное пособие для вузов / А. А. Зайцев [и др.] ; под редакцией А. А. Зайцева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 108 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12579-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/543166> (дата обращения: 18.04.2024).

### 11.2. Программное обеспечение и Интернет-ресурсы

№	Наименование	Описание
1	Операционная система Linux	GNU-лицензия (GNU General Public License)
2	Электронная библиотечная система «IPRbooks» <a href="http://www.iprbookshop.ru">www.iprbookshop.ru</a>	В ЭБС предоставлен доступ к изданиям по всем основным направлениям знаний (естественным, техническим, медицинским, общественным и гуманитарным наукам). ЭБС предназначена для использования в процессе обучения в высшей школе, как студентами и преподавателями, так и специалистами
3	Электронная библиотечная система «Юрайт» <a href="https://urait.ru">www. https://urait.ru</a>	В ЭБС предоставлен доступ к изданиям по всем основным направлениям знаний (естественным, техническим, медицинским, общественным и гуманитарным наукам). ЭБС предназначена для использования в процессе обучения в высшей школе,

		как студентами и преподавателями, так и специалистами
4	Электронная библиотечная система «Лань» <a href="https://e.lanbook.com/book">https://e.lanbook.com/book</a>	В ЭБС предоставлен доступ к изданиям по всем основным направлениям знаний (естественным, техническим, медицинским, общественным и гуманитарным наукам). ЭБС предназначена для использования в процессе обучения в высшей школе, как студентами и преподавателями, так и специалистами
5	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU	Российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования

### 11.3. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

№	Наименование	Описание
1	Google Scholar	Поисковая система по полным текстам научных публикаций всех форматов и дисциплин
2	Университетская информационная система РОССИЯ (УИС РОССИЯ).	Система предназначена для исследований и учебных курсов в области экономики, управления, социологии, лингвистики, философии, филологии, международных отношений и других гуманитарных наук
3	<a href="https://minobrnauki.gov.ru/">https://minobrnauki.gov.ru/</a>	Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
4	<a href="https://edu.gov.ru/">https://edu.gov.ru/</a>	Министерство просвещения Российской Федерации
5	<a href="http://window.edu.ru">http://window.edu.ru</a>	Единое окно доступа к образовательным ресурсам
6	<a href="https://www.consultant.ru/">https://www.consultant.ru/</a>	База данных законодательства РФ «Консультант Плюс»: кодексы, законы, указы, постановления Правительства РФ
7	<a href="http://schoolpress.ru/products/magazines/index.php">http://schoolpress.ru/products/magazines/index.php</a> <a href="http://www.schoolpress.ru/">http://www.schoolpress.ru/</a>	Сайт журнала Физическая культура в школе. «Школьная пресса». Ведущее российское издательство по выпуску научно-методических периодических изданий для учителей и методистов общеобразовательных школ, методических центров, педагогов дополнительного образования и дошкольных образовательных учреждений, руководителей всех звеньев отечественной системы образования
8	<a href="http://teoriya.ru">http://teoriya.ru</a>	Сайт журнала Физическая культура: воспитание, образование тренировка. Научно-методический журнал Российской Академии Образования Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодежи и туризма
9	<a href="https://www.pedmasterstvo.ru">https://www.pedmasterstvo.ru</a>	Всероссийский электронный журнал «Педмастерство»

## 12. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИКИ

Проведение практики осуществляется с применением локальных и распределенных информационных технологий: архиваторы файлов, браузеры (веб-обозреватели), операционные системы, офисные приложения, библиотеки и образовательные ресурсы, перечисленные в п.11.2, 11.3

### **13. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРАКТИКИ**

Занятия по учебной ознакомительной практике (повышение спортивного мастерства) проводятся на базе детских юношеских спортивных школ по физической культуре и спорту, а также в учреждениях дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности, секциях по видам спорта АмГУ. База практик располагает достаточной материально-технической оснащённостью и квалифицированными педагогическими кадрами, где студенты могут повышать свое спортивное мастерство.

Первый этап практики (ознакомительный) проводится в специальных помещениях, представляющих собой учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Второй этап практики проводится на базе детских юношеских спортивных школ по физической культуре и спорту, а также в учреждениях дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности, секциях АмГУ, имеющих специальную материально-техническую базу.

Специальные помещения для выполнения индивидуальных заданий студентами укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории. Все помещения, в которых проводятся занятия, соответствуют действующим противопожарным правилам и нормам.

Каждый обучающийся обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронно-библиотечным системам и к электронной информационно-образовательной среде университета.

Самостоятельная работа обучающихся осуществляется в помещениях, оснащенных компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

На занятиях применяется следующее техническое оборудование: компьютерная техника (персональные компьютеры с выходом в Интернет).