

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ  
СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение  
Свердловской области «Нижнетагильский педагогический колледж №2»  
(ГАПОУ СО «НТПК №2»)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ (ПО ПРОФИЛЮ СПЕЦИАЛЬНОСТИ)  
49.02.01 Физическая культура

Нижний Тагил

2021

Рабочая программа учебной практики разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, Положения о практике обучающихся, осваивающих основные профессиональные образовательные программы среднего профессионального образования, утвержденного приказом министерством образования и науки РФ № 291 от 18.04.2013

Организация-разработчик: ГАПОУ СО «Нижнетагильский педагогический колледж №2»

Разработчики:

Перезолов Алексей Евгеньевич, преподаватель, высшая квалификационная категория;

Балуева Анна Сергеевна, преподаватель, первая квалификационная категория;

Бузмаков Олег Игнатьевич, преподаватель, первая квалификационная категория;

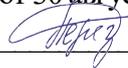
Захаричева Екатерина Викторовна, преподаватель, первая квалификационная категория.

РАССМОТРЕНА И РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ

на заседании предметно-цикловой комиссии

по подготовке учителей физической культуры

(Протокол № 11/21 от 30 августа 2021 г.)

Председатель ПЦК  /Перезолов А.Е. /

**СОДЕРЖАНИЕ**

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ	4
2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ	7
3. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ	9
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ	25
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ	26

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ

## 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной практики является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по профессии 49.02.01 Физическая культура Положения о практике обучающихся, осваивающих основные профессиональные образовательные программы среднего профессионального образования, утвержденного приказом министерством образования и науки РФ № 291 от 18.04.2013, в части освоения квалификации: учитель физической культуры и основных видов профессиональной деятельности (ВПД):

1. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам;
2. Организация и проведение внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры;
3. Методическое обеспечение процесса физического воспитания.

**1.2. Цели и задачи учебной практики:** формирование у обучающихся первоначальных практических профессиональных умений в рамках модулей ОПОП СПО по основным видам профессиональной деятельности для освоения профессии, задачи, содержание, методы, средства, формы организации и процесс физического воспитания детей, подростков и молодежи, характерных для соответствующей профессии и необходимых для последующего освоения ими общих и профессиональных компетенций по избранной профессии.

## 1.3. Требования к результатам освоения учебной практики

В результате прохождения учебной практики по видам профессиональной деятельности обучающийся должен **уметь**:

ВПД	Требования к умениям
1. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам	<ul style="list-style-type: none"> <li>– находить и использовать методическую литературу и др. источники информации, необходимой для подготовки к урокам физической культуры;</li> <li>– подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь;</li> <li>– применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях;</li> <li>– осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении уроков;</li> <li>– анализировать процесс и результаты педагогической деятельности и обучения предмету, корректировать и совершенствовать их.</li> </ul>
2. Организация и проведение внеурочной работы и занятий по программам	<ul style="list-style-type: none"> <li>– находить и использовать методическую литературу и др. источники информации, необходимой для подготовки и проведения внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры;</li> </ul>

дополнительного образования в области физической культуры ( <i>базовая часть</i> )	<ul style="list-style-type: none"> <li>– подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь;</li> <li>– применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях;</li> <li>– организовывать, проводить соревнования и осуществлять судейство;</li> <li>– осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении внеурочных мероприятий и занятий;</li> <li>– анализировать внеурочные мероприятия и занятия, корректировать и совершенствовать процесс организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности.</li> </ul>
3. Организация и проведение внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры ( <i>вариативная часть</i> )	<ul style="list-style-type: none"> <li>– находить и использовать методическую литературу и др. источники информации, необходимой для подготовки и проведения внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры;</li> <li>– использовать различные методы и формы организации внеурочных мероприятий и занятий, строить их с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности;</li> <li>– устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися;</li> <li>– подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь;</li> <li>– использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств, дозировать физическую нагрузку в соответствии с функциональными возможностями организма обучающихся при проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-оздоровительных занятий;</li> <li>– применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях;</li> <li>– анализировать внеурочные мероприятия и занятия, корректировать и совершенствовать процесс организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности.</li> </ul>
4. Методическое обеспечение процесса физического воспитания	<ul style="list-style-type: none"> <li>– определять цели и задачи;</li> <li>– определять педагогические проблемы методического характера и находить способы их решения;</li> <li>– готовить и оформлять отчеты;</li> <li>– с помощью руководителя определять цели, задачи, планировать исследовательскую деятельность в области физического воспитания детей, подростков и молодежи;</li> <li>– использовать методы и методики педагогического исследования, подобранные совместно с руководителем;</li> <li>– оформлять результаты исследовательской работы.</li> </ul>

#### **1.4. Количество часов на освоение рабочей программы учебной практики:**

Всего – 186 часов, в том числе:

В рамках освоения ПМ.01 – 108 часов;

В рамках освоения ПМ.02 (базовая часть) – 18 часов;

В рамках освоения ПМ.02 (вариативная часть) – 36 часов;

В рамках освоения ПМ.03 – 18 часов.

## 2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ

Результатом освоения рабочей программы учебной практики является сформированность у обучающихся первоначальных практических профессиональных **умений** в рамках модулей ОПОП СПО по основным видам профессиональной деятельности (ВПД):

1. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам;
2. Организация и проведение внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры;
3. Методическое обеспечение процесса физического воспитания.

Код	Наименование результата освоения практики
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 решения в нестандартных ситуациях.
ОК 4	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 6	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.
ОК 7	Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.
ОК 8	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 9	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.
ОК 10	Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.
ОК 11	Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.
ОК 12	Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.
ПК 1.1.	Определять цели и задачи, планировать учебные занятия.
ПК 1.2.	Проводить учебные занятия по физической культуре.
ПК 1.4.	Анализировать учебные занятия.

ПК 1.5.	Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре.
ПК 2.1.	Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия.
ПК 2.2.	Проводить внеурочные мероприятия и занятия.
ПК 2.5.	Анализировать внеурочные мероприятия и занятия.
ПК 2.6.	Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности.
ПК 3.2.	Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
ПК 3.3.	Оформлять педагогические разработки в виде отчетов.
ПК 3.4.	Участвовать в исследовательской деятельности в области физического воспитания.



			комплексов упражнений	Тема 1.6.Плавание. Подвижные игры и развлечение на воде.	6
			- участие в водном походе 1-ой категории сложности	<b>Раздел 2. Туризм. Организация и проведение водного путешествия.</b>	<b>36</b>
				Тема 2.1.Снаряжение для водного путешествия.	4
				Тема 2.2.Привалы, ночлег и питание в водном путешествии.	6
				Тема 2.3.Ориентирование в водном путешествии.	4
				Тема 2.4.Техника движения и преодоления препятствий.	8
				Тема 2.5.Обеспечение безопасности.	6
				Тема 2.6.Игры и развлечения в походных условиях.	4
				Тема 2.7.Отчет о туристском путешествии.	4
ПК 2.1. 2.2 2.6.	ПМ 02. Организация и проведение внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры (базовая часть) УП 02.01 Подготовка к летней практике	18	- анализ нормативно-правовых документов организации отдыха и оздоровления детей в загородных оздоровительных лагерях; - анализ основных документов планирования и учета работы по физическому воспитанию в летнем оздоровительном лагере.	<b>Раздел 1. Организация отдыха и оздоровления детей в загородных оздоровительных лагерях.</b>	<b>4</b>
				Тема 1.1.Нормативно-правовое обеспечение деятельности детского оздоровительного лагеря, процесса физического воспитания в лагере.	1
				Тема 1.2.Профилактические мероприятия и мероприятия по предупреждению чрезвычайных ситуаций и охране жизни детей при проведении физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной работы.	1
				Тема 1.3.Планирование и организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной работы в летнем лагере.	2
				<b>Раздел 2. Организация и проведение в период отдыха и оздоровления детей массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий различного уровня.</b>	<b>6</b>
			- разработка отрядного плана физкультурно-оздоровительной работы;	Тема 2.1.Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня.	2

			- составление комплексов утренней гигиенической гимнастики;	Тема 2.2.Отрядные физкультурно-оздоровительные мероприятия.	2
			- проведение спортивных конкурсов;	Тема 2.3.Общелагерные спортивно-оздоровительные мероприятия.	2
			- разработка сценария проведения нетрадиционных форм организации игровой деятельности детей и подростков.		
			- разработка игровых комплексов для различных возрастных групп детей и подростков;	<b>Раздел 3. Современный подход к реализации программ дополнительного образования детей в области физической культуры в условиях детского оздоровительного лагеря.</b>	<b>8</b>
			- разработка сценария проведения неклассификационных соревнований с использованием подвижных игр;	Тема 3.1.Организация и проведение неклассификационных соревнований с использованием подвижных игр.	2
			- проведение фрагментов занятий, подвижных игр.	Тема 3.2.Дополнительные физкультурно-оздоровительные программы и занятия	2
				Тема 3.3. Методика организации и проведения подвижных игр на местности.	2
				Тема 3.4. Организация соревнований по туризму в оздоровительном лагере.	2
				Промежуточная аттестация в форме зачета	*

ПК 2.1. 2.2. 2.5. 2.6.	ПМ 02. Организация и проведение внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры (вариативная часть) УП.02.03 Ознакомительная практика в ДЮСШ	36	- наблюдение и анализ учебно-тренировочного занятия; - подготовка письменного отчета по результатам педагогического наблюдения.	<b>Раздел 1. Педагогическое наблюдение и анализ учебно-тренировочного занятия.</b>	<b>12</b>
				Тема 1.1. Требования к организации и проведению учебно-тренировочного занятия.	4
				Тема 1.2. Основные направления аналитической деятельности, по которым ведется педагогическое наблюдение за организацией и методикой проведения учебно-тренировочного занятия.	4
				Тема 1.3. Проведение педагогического анализа учебно-тренировочного занятия.	4
			- составление плана учебно-тренировочных занятий на недельный цикл тренировок; - составление план-конспектов учебно-тренировочных занятий;	<b>Раздел 2. Технология разработки документов планирования в спорте.</b>	<b>12</b>
				Тема 2.1. Планирование тренировочного процесса в недельном цикле подготовки спортсмена.	6
				Тема 2.2. Планирование тренировочного процесса на отдельное учебно-тренировочное занятие.	6
			- проведение фрагмента (отдельных частей) учебно-тренировочных занятий; - проведение учебно-тренировочных занятий	<b>Раздел 3. Методика проведения учебно-тренировочного занятия.</b>	<b>12</b>
				Тема 3.1. Методика проведения подготовительной части учебно-тренировочного занятия.	4
				Тема 3.2. Методика проведения основной части учебно-тренировочного занятия.	4
				Тема 3.3. Методика проведения заключительной части учебно-тренировочного занятия.	4
				Промежуточная аттестация в форме зачета	*
ПК 3.2. – 3.4.	ПМ 03. Методическое обеспечение процесса физического воспитания	18	- наблюдение и анализ проведения урока физической культуры;	<b>Раздел 1. Педагогический анализ урока физической культуры</b>	<b>6</b>
				Тема 1.1. Требования к современному уроку физической культуры.	2
				Тема 1.2. Основные направления аналитической деятельности, по которым ведется наблюдение за методикой проведения урока	2

УП 03.01 Комплексный педагогический анализ урока физической культуры		- подготовка письменного отчета по результатам наблюдения	физической культуры.	
			Тема 1.3. Проведение педагогического анализа урока физической культуры.	2
			<b>Раздел 2. Анализ физической нагрузки на уроке: определение плотности урока, регистрация и анализ пульсовых данных</b>	<b>12</b>
			Тема 2.1. Оптимальность физической нагрузки на уроке физической культуры.	4
			Тема 2.2. Хронометрирование урока физической культуры. Определение общей и моторной плотности урока.	4
- пульсометрия урока физической культуры; - анализ результатов и подготовка письменного отчета по результатам исследований			Тема 2.3. Пульсометрия урока физической культуры. Регистрация и анализ пульсовых данных на уроке.	4
			Промежуточная аттестация в форме зачета	*
	<b>ВСЕГО часов</b>	186		

### 3.2. Содержание учебной практики

Код и наименование профессиональных модулей и тем учебной практики	Содержание учебных занятий	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
ПМ 01. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам		108	
УП 01.01 Знакомство с профессией учителя физической культуры, с особенностями преподавания физической культуры в образовательных организациях разного типа		36	
Тема 1. Организация физического воспитания в общеобразовательной школе.	<b>Содержание</b>	18	2
	1. Методика организации и проведения занятий по физической культуре на ступени начального общего образования	6	
	2. Методика организации и проведения занятий по физической культуре на ступени основного общего образования	6	
	3. Методика организации и проведения занятий по физической культуре на ступени среднего общего образования	6	
Тема 2. Организация физического воспитания в системе внешкольных учреждений.	<b>Содержание</b>	12	2
	1. Методика организации и проведения учебно-тренировочных занятий в ДЮСШ	6	
	2. Методика организации и проведения занятий по физической культуре и спорту в учреждениях дополнительного образования детей	6	
Тема 3. Организация физического воспитания в коррекционных образовательных учреждениях.	<b>Содержание</b>	6	2
	1. Адаптивная физическая культура	2	
	2. Методика организации и проведения занятий по физической культуре с учащимися имеющими отклонения в физическом развитии	4	

Промежуточная аттестация в форме зачета		*	
УП 01.01 Практическое овладение базовыми видами физических упражнений		72	
<b>Раздел 1. Виды физических упражнений. Организация и методика проведения.</b>		36	
Тема 1.1. Гимнастика. Гимнастические выступления и спортивные праздники в ОУ.	<b>Содержание</b>	6	2
	1. Значение и содержание гимнастических выступлений и спортивных праздников в ОУ. Организация, подготовка и проведение гимнастических выступлений.	2	
	2. Составление программы. Музыкальное оформление и подбор гимнастических упражнений. Организация и проведение репетиций.	2	
	3. Сценарий праздников, посвященных знаменательным датам.	2	
Тема 1.2. Ритмическая гимнастика. Основные компоненты содержания занятий.	<b>Содержание</b>	6	2
	1. Актуальность занятий ритмической гимнастикой. Характеристика упражнений и особенности составления комплексов.	4	
	2. Музыкальное сопровождение упражнений ритмической гимнастики. Контроль за нагрузкой при выполнении комплексов упражнений.	2	
Тема 1.3. Спортивные игры. Основы владения технико-тактическими приемами игры в футбол.	<b>Содержание</b>	6	2
	1. Классификация нападения: техника перемещений; техника владения мячом.	2	
	2. Тактика нападения.	2	
	3. Техника защиты.	2	
Тема 1.4. Легкая атлетика. Виды легкоатлетических упражнений и особенности обучения по основным опорным точкам (ООТ) в урочных формах занятий.	<b>Содержание</b>	6	2
	1. Сущность обучения по основным опорным точкам (ООТ). Цель и задачи обучения бегу, прыжкам, метаниям.	2	
	2. Психолого-педагогические особенности формирования двигательного навыка. Последовательная структура обучения основным видам легкоатлетических упражнений.	2	
	3. Этапы формирования двигательного навыка.	2	
Тема 1.5. Подвижные игры. Планирование, организация и методика проведения занятий в	<b>Содержание</b>	6	2
	1. Анализ игрового материала школьных программ по физической культуре. Планирование и подбор игрового материала в соответствии с условиями проведения.	2	

условиях Уральского региона.	2.	Руководство процессом игры. Организация играющих и развитие творческой инициативы. Приемы регулирования нагрузки в подвижных играх.	2	
	3.	Содержание, организация и методика проведения соревнований по подвижным играм, русских народных игр, игр на местности.	2	
Тема 1.6.Плавание. Подвижные игры и развлечения на воде.	<b>Содержание</b>		6	2
	1.	Классификация подвижных игр на воде. Опорные и без опорные подвижные игры на воде. Игры, способствующие ознакомлению со свойствами воды, совершенствованию элементов техники спортивных способов плавания, развитию физических качеств.	2	
	2.	Эстафеты: одним способом, различными способами, линейные, встречные, с выбыванием, нырянием, преодолением препятствий. Водные праздники.	2	
	3.	Организация и методика проведения подвижных игр на воде с детьми различного возраста.	2	
<b>Раздел 3. Туризм. Организация и проведение водного путешествия.</b>			<b>36</b>	
Тема 3.1.Снаряжение для водного путешествия.	<b>Содержание</b>		4	2
	1.	Виды туристских судов: лодки, катамараны, байдарки, плоты. Их назначение и конструктивные особенности. Требования к байдаркам и их ходовые качества. Походное оборудование байдарок. Сборка и разборка байдарок.	2	
	2.	Предпоходный профилактический ремонт судов. Ремонтный набор для водного путешествия. Предупреждение возможных неисправностей судов. Особенности упаковки вещей и продуктов. Укладка груза и размещение людей.	2	
Тема 3.2.Привалы, ночлег и питание в водном путешествии.	<b>Содержание</b>		6	2
	1.	Привалы и ночлеги на берегу. Выбор места, установка палаток на песчаных, каменистых отмелях. Защита от насекомых. Установка судов на ночь.	2	
	2.	Охрана зеленых насаждений береговой полосы. Распределение хозяйственных работ. Костры и их применение, приготовление пищи на костре. Сушка одежды и обуви. Распределение хозяйственных работ. Снятие бивака (уборка территории, гашение костра).	2	
	3.	Рекомендуемый набор продуктов. Составление меню. Пополнение рациона за счет лесных и водных ресурсов. Режим питания в водном путешествии.	2	
Тема 3.3.Ориентирование в водном путешествии.	<b>Содержание</b>		4	2
	1.	Ориентирование в условиях рек, озер и открытых водных пространств. Способы	2	

		определения расстояния на воде.		
	2.	Глазомерная съемка порога и составление его схемы. Ориентирование в пороге. Типы течений, характеристика протоков. Виды домен. Определение характерных элементов реки. Естественные и искусственные препятствия.	2	
Тема 3.4. Техника движения и преодоления препятствий.	<b>Содержание</b>		8	2
	1.	Режим и график движения. Распорядок дня. Походный порядок судов. Комплектовка экипажей. Место руководителя при движении нескольких судов. Выбор линии движения в различных условиях.	2	
	2.	Элементы гребли. Техника гребли на байдарках: работа рук, положение корпуса и ног, ритм, темп, влияние длины, дистанция, сила течения и направления ветра на темп гребли, правила дыхания при гребле и связь его с темпом и ритмом.	2	
	3.	Управление байдаркой. Требования к рулевому. Учет дрейфа. Управление на «отрицательной скорости». Особенности гребли и управления на горных ряжах. Выполнение основных маневров: подход к берегу, движение в различном строю, посадка, высадка, отход от берега. Выполнение команд рулевого.	2	
	4.	Способы преодоления естественных препятствий: переката, порога, быстрины, мели, камни, топляки, заросли, большое волнение, встречный ветер. Способы преодоления искусственных препятствий, мосты, плотины, рыболовные снасти, молевой сплав леса. Волок. Ход на бечевке, на шестах.	2	
Тема 3.5. Обеспечение безопасности.	<b>Содержание</b>		6	2
	1.	Виды аварий, основные причины. Анализ характерных аварийных случаев в водном туризме. Правила посадки, поведение на судне и высадка экипажа.	2	
	2.	Применение спасательных средств. Значение сработанности команды и роль дисциплины. Меры безопасности и страховки при преодолении искусственных и естественных препятствий.	2	
	3.	Правила купания в открытых водоемах. Оказание помощи, терпящим бедствие на воде. Приемы спасения утопающего.	2	
Тема 3.6. Игры и развлечения в походных условиях.	<b>Содержание</b>		4	2
	1.	Туристская эстафета, туристская полоса препятствий, викторины, конкурсы.	2	
	2.	Игры у костра. Игры в дождливую погоду. Игры на привале.	2	
Тема 3.7. Отчет о туристском путешествии.	<b>Содержание</b>		4	2
	1.	Справочные сведения о путешествии. Сведения о районе путешествия. Техническое описание путешествия. Таблица дневных переходов. Смета расходов.	2	
	2.	Фотогазета.	2	

Промежуточная аттестация в форме зачета		*	
ПМ 02. Организация и проведение внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры (базовая часть)		18	
УП 02.01 Подготовка к летней практике		18	
<b>Раздел 1. Организация отдыха и оздоровления детей в загородных оздоровительных лагерях.</b>		<b>6</b>	
Тема 1.1. Нормативно-правовое обеспечение деятельности детского оздоровительного лагеря, процесса физического воспитания в лагере.	<b>Содержание</b>	2	2
	1. Документы, обеспечивающие нормативно-правовую основу организации отдыха и оздоровления детей.		
	2. Нормативно-правовые документы, регламентирующие процесс физического воспитания в оздоровительных лагерях.		
	3. Педагогика проживания и организации досуга в лагере. Основы здоровьесберегающей деятельности.		
	4. Педагогический стиль и педагогическая этика вожатого, воспитателей и других специалистов организации отдыха и оздоровления детей.		
Тема 1.2. Профилактические мероприятия и мероприятия по предупреждению чрезвычайных ситуаций и охране жизни детей при проведении физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой	<b>Содержание</b>	2	2
	1. Ответственность должностных лиц, обеспечивающих организацию отдыха и оздоровления детей.		
	2. Организация безопасного отдыха и оздоровления детей, охрана их жизни и здоровья в организациях отдыха и оздоровления.		
	3. Инструктажи для детей: «Правила поведения детей при прогулках и походах», «Правила при поездках в автотранспорте», «Безопасность детей при проведении спортивных мероприятий», «Правила безопасного поведения на водных объектах и оказания помощи пострадавшим на воде».		
	4. Требования безопасности в аварийных и опасных ситуациях.		

работы.		Требования безопасности для педагогических работников на игровой площадке, участке, во время походов.		
Тема 1.3. Планирование и организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной работы в летнем лагере.	<b>Содержание</b>		2	2
	1.	Содержание и формы физического воспитания в детском оздоровительном лагере. Оздоровительно-образовательная деятельность детских оздоровительных лагерей.		
	2.	Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня: утренняя гигиеническая гимнастика, игра-зарядка, закаливание, купание.		
	3.	Особенности организации отдыха и оздоровительного детей с ограниченными возможностями здоровья.		
<b>Раздел 2. Организация и проведение в организации отдыха и оздоровления детей мероприятий различного уровня.</b>			<b>4</b>	
Тема 2.1.Отрядные физкультурно-оздоровительные мероприятия.	<b>Содержание</b>		2	2
	1.	Прикладные упражнения.		
	2.	Игровые формы легкоатлетических упражнений.		
	3.	Подвижные игры.		
	4.	Спортивные конкурсы.		
Тема 2.2.Общелагерные спортивно-оздоровительные мероприятия.	<b>Содержание</b>		2	2
	1.	Игровые интересы детей и подростков. Методические особенности использования различных видов игр в условиях летнего отдыха.		
	2.	Методика проведения нетрадиционных форм игровой деятельности детей и подростков.		
	3.	Принципы разработки сценария и проведения массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий с детьми в условиях детского лагеря.		
	4.	Соревнования по спортивным играм.		
	5.	Игры и развлечения на воде.		
	6.	Игровые интересы детей и подростков. Методические особенности использования различных видов игр в условиях летнего отдыха.		
<b>Раздел 3. Современный подход к реализации программ</b>			<b>8</b>	

<b>дополнительного образования детей в области физической культуры в условиях детского оздоровительного лагеря.</b>				
Тема 3.1. Организация и проведение неклассификационных соревнований с использованием подвижных игр.	<b>Содержание</b>		2	2
	1.	Игровые средства и их классификация.		
	2.	Игровые комплексы для различных возрастных групп детей и подростков		
	3.	Соревнования по отдельным видам подвижных игр.		
	4.	Соревнования по комплексам подвижных игр.		
Тема 3.2. Дополнительные физкультурно-оздоровительные программы и занятия.	<b>Содержание</b>		2	2
	1.	Ведущая роль игры в организации воспитательной и оздоровительной работы в организации отдыха и оздоровления детей.		
	2.	Оздоровительные игровые технологии.		
	3.	Физкультурно-оздоровительные занятия по интересам.		
Тема 3.3. Подвижные игры на местности.	<b>Содержание</b>		2	2
	1.	Игры наблюдателей.		
	2.	Игры на ориентирование		
	3.	Игры разведчиков.		
	4.	Военно-спортивные игры, разведческие игры и состязания.		
	5.	Методика проведения подвижных игр на местности.		
Тема 3.4. Организация соревнований по туризму в оздоровительном лагере.	<b>Содержание</b>		2	2
	1.	Туристская полоса препятствий.		
	2.	Туристская эстафета.		
	3.	Соревнования по ориентированию на местности.		
Промежуточная аттестация в форме <b>зачета</b>		*		
ПМ 02. Организация и проведение внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры			<b>36</b>	

<i>(вариативная часть)</i>			
УП.02.03 Ознакомительная практика в ДЮСШ		<b>36</b>	
<b>Раздел 1. Педагогическое наблюдение и анализ учебно-тренировочного занятия.</b>		<b>12</b>	
Тема 1.1. Требования к организации и проведению учебно-тренировочного занятия.	<b>Содержание</b>	4	3
	1. Общая структура учебно-тренировочного занятия и характеристика частей.	2	
	2. Типы учебно-тренировочных занятий и их характеристика.	2	
Тема 1.2. Основные направления аналитической деятельности, по которым ведется педагогическое наблюдение за организацией и методикой проведения учебно-тренировочного занятия.	<b>Содержание</b>	4	3
	1. Цель, задачи анализа учебно-тренировочного занятия в спортивной тренировке. Общие требования к анализу учебно-тренировочного занятия.	2	
	2. Методика проведения различных частей учебно-тренировочного занятия в спортивной тренировке. Формы организации учебно-тренировочных занятий и их характеристика.	2	
Тема 1.3. Проведение педагогического анализа учебно-тренировочного занятия.	<b>Содержание</b>	4	3
	1. Наблюдение и анализ проведения учебно-тренировочного занятия в спортивной тренировке, подготовка письменного отчета по результатам наблюдения.	4	
<b>Раздел 2. Технология разработки документов планирования в спорте.</b>		12	
Тема 2.1. Планирование тренировочного процесса в недельном цикле подготовки спортсмена.	<b>Содержание</b>	6	2
	1. Структура и типы микроциклов.	3	
	2. Последовательность и эффекты тренировочного воздействия микроциклов подготовки спортсменов.	3	
Тема 2.2. Планирование тренировочного процесса на отдельное учебно-тренировочное занятие.	<b>Содержание</b>	6	3
	1. Структура тренировочного занятия. Решение задач в отдельном тренировочном занятии. Монолитность, моторная плотность и вариативность продолжительности тренировочного занятия.	3	

	2.	Тренировочные занятия избирательной и комплексной направленности, нагрузка и отдых в тренировочном занятии, эффекты тренировочного воздействия.	3	
<b>Раздел 3. Проведение отдельных частей и целостных учебно-тренировочных занятий.</b>			12	
Тема 3.1. Методика проведения подготовительной части учебно-тренировочного занятия.	<b>Содержание</b>		4	3
	1.	Структура, цель, задачи, средства и методы подготовительной части тренировочного занятия.	2	
	2.	Особенности проведения подготовительной части тренировочного занятия в избранном виде спорта.	2	
Тема 3.2. Методика проведения основной части учебно-тренировочного занятия.	<b>Содержание</b>		4	3
	1.	Структура, цель, задачи, средства и методы основной части тренировочного занятия.	2	
	2.	Монолитность, моторная плотность и вариативность продолжительности основной части тренировочного занятия.	2	
Тема 3.3. Методика проведения заключительной части учебно-тренировочного занятия.	<b>Содержание</b>		4	3
	1.	Структура, цель, задачи, средства и методы заключительной части тренировочного занятия.	2	
	2.	Особенности проведения заключительной части тренировочного занятия в избранном виде спорта.	2	
Промежуточная аттестация в форме зачета			*	
ПМ 03. Методическое обеспечение процесса физического воспитания			<b>18</b>	
УП 03.01 Комплексный педагогический анализ урока физической культуры			<b>18</b>	
<b>Раздел 1. Педагогический анализ урока физической культуры</b>			<b>6</b>	
Тема 1.1. Требования к		<b>Содержание</b>	2	2

	1.	Структура урока. Постановка задач урока. Последовательность решаемых задач. Типы уроков.	1	
	2.	Использование различных методов обучения, воспитания, развития. Подготовка учителя к уроку.	1	
Тема 1.2. Основные направления аналитической деятельности, по которым ведется наблюдение за методикой проведения урока физической культуры.	<b>Содержание</b>		2	2
	1.	Цель, задачи анализа урока физической культуры. Общие требования к анализу урока.	1	
	2.	Методика проведения различных частей урока физической культуры.	1	
Тема 1.3. Проведение педагогического анализа урока физической культуры.	<b>Содержание</b>		2	3
	1.	Наблюдение и анализ проведения урока физической культуры	1	
	2.	Подготовка письменного отчета по результатам наблюдения	1	
<b>Раздел 2. Анализ физической нагрузки на уроке: определение плотности урока, регистрация и анализ пульсовых данных</b>			<b>12</b>	

Тема 2.1.Оптимальность физической нагрузки на уроке физической культуры	<b>Содержание</b>			2
	1.	Физическая нагрузка, мера нагрузки, объем, интенсивность. Требования соблюдения оптимальности физической нагрузки.	2	
	2.	Дозирование и регулирование нагрузки. Учет возрастных особенностей. Общая и моторная плотность урока как основные показатели эффективности проведения урока	2	
Тема 2.2.Хронометрирование урока физической культуры. Определение общей и моторной плотности урока	<b>Содержание</b>			3
	1.	Хронометраж урока физической культуры.	2	
	2.	Подготовка письменного отчета по результатам исследований.	2	
Тема 2.3. Пульсометрия урока физической культуры. Регистрация и анализ пульсовых данных на уроке.	<b>Содержание</b>			3
	1.	Зоны интенсивности. Интервалы отдыха. Зависимость нагрузки от содержания и раздела программы. Волнообразность нагрузки. Методика измерения ЧСС.	2	
	2.	Пульсометрия урока физической культуры. Подготовка письменного отчета по результатам исследований.	2	
Промежуточная аттестация в форме <b>зачета</b>			*	

*Внутри каждого профессионального модуля указываются темы. По каждой теме описывается содержание учебного материала в дидактических единицах. Объем часов определяется по каждой позиции столбца 3 (отмечено звездочкой\*). Уровень освоения проставляется напротив дидактических единиц в столбце 4 (отмечено двумя звездочками \*\*).*

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

2 – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);

3 – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

## **4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ**

### **4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация программы учебной практики предполагает наличие учебных кабинетов, спортивных сооружений, а также организаций-баз практики, заключивших прямые договоры с ОУ.

#### **Оснащение:**

Реализация программы практики требует наличия учебного кабинета, библиотеки, читального зала с выходом в сеть Интернет.

Оборудование учебного кабинета: посадочные места по количеству студентов; рабочее место преподавателя.

Технические средства обучения: компьютер, мультимедиа проектор.

Средства обучения:

- печатные (учебники и учебные пособия, раздаточный материал);
- электронные образовательные средства (ресурсы интернета);
- наглядные пособия (таблицы, плакаты).

Реализация программы практики требует наличия спортивных сооружений:

- универсальный спортивный зал;
- легкоатлетический манеж;
- тренажерный зал;
- спортивная площадка.

Спортивное оборудование и инвентарь:

- для спортивных игр (баскетбол, волейбол, футбол);
- для легкой атлетики;
- гимнастики;
- подвижных игр;
- туризма.

Согласно требованиям образовательных стандартов.

### **4.3. Общие требования к организации образовательного процесса**

Учебная практика проводится преподавателями профессионального цикла.

В рамках освоения ПМ.01 – концентрировано;

В рамках освоения ПМ.02 (базовая часть) – рассредоточено;

В рамках освоения ПМ.02 (вариативная часть) – концентрировано;

В рамках освоения ПМ.03 – рассредоточено.

Предусмотрено выполнение заданий практик с применением ДОТ:

<https://drive.google.com/drive/folders/19knxWEw269kua3db12moaGGoMD01MmYL?usp=sharing>

### **4.4. Кадровое обеспечение образовательного процесса**

Руководство учебной практикой осуществляют преподаватели профессиональных дисциплин.

## 5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ

**Контроль и оценка** результатов освоения учебной практики осуществляется руководителем практики в процессе проведения учебных занятий, самостоятельного выполнения обучающимися заданий, выполнения практических проверочных работ. В результате освоения учебной практики в рамках профессиональных модулей обучающиеся проходят промежуточную аттестацию в форме зачета.

<b>Результаты обучения (освоенные умения в рамках ВПД)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
– находить и использовать методическую литературу и др. источники информации, необходимой для подготовки к урокам физической культуры;	Проверка заданий: – «Комплексы упражнений»; – «Конспект урока по ФК»; – «Сценарий спортивного праздника».
– подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь;	Наблюдения за ходом проведения комплексов упражнений, фрагментов урока Наблюдения в туристическом походе
– применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях;	Наблюдение в ходе занятий за выполнением упражнений Наблюдение в туристическом походе
– осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении уроков;	Собеседование Оценка отчетной документации
– анализировать процесс и результаты педагогической деятельности и обучения предмету, корректировать и совершенствовать их.	Собеседование Оценка отчетной документации
– находить и использовать методическую литературу и др. источники информации, необходимой для подготовки и проведения внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической культуры;	Проверка заданий: – «Недельный цикл тренировок»; – «Конспект учебно-тренировочного занятия по виду спорта»; – «Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня»; – «Прикладные упражнения»; – «Игровые формы легкоатлетических

	упражнений»; – «Спортивные конкурсы»; – «Положение по проведению «Веселых стартов»»; – «Сценарий спортивного праздника».
– организовывать, проводить соревнования и осуществлять судейство;	Наблюдение за ходом проведения соревнований
– осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении внеурочных мероприятий и занятий;	Наблюдения за ходом проведения фрагментов внеурочных мероприятий
– использовать различные методы и формы организации внеурочных мероприятий и занятий, строить их с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности;	Наблюдение, собеседование Проверка заданий: – «Недельный цикл тренировок»; – «Конспект учебно-тренировочного занятия по виду спорта».
– устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися;	Наблюдение, собеседование
– подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь;	Наблюдение, собеседование
– использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств, дозировать физическую нагрузку в соответствии с функциональными возможностями организма обучающихся при проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-оздоровительных занятий;	Наблюдение, собеседование Проверка заданий: – «Недельный цикл тренировок»; – «Конспект учебно-тренировочного занятия по виду спорта».
– применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях.	Наблюдение, собеседование
– определять цели и задачи;	Проверка задания «Педагогический анализ урока физической культуры»
– определять педагогические проблемы методического характера и находить способы их решения;	Собеседование Проверка заданий: – «Педагогический анализ урока физической культуры»; – «Хронометраж урока физической культуры»; – «Пульсометрия урока физической культуры».
– готовить и оформлять отчеты;	Оценка отчетной документации по практике
– с помощью руководителя определять цели, задачи, планировать исследовательскую деятельность в области физического воспитания детей, подростков и молодежи;	Наблюдение в ходе подготовки и выполнения заданий

<p>– использовать методы и методики педагогического исследования, подобранные совместно с руководителем;</p>	<p>Наблюдение в ходе выполнения практической работы          Проверка заданий:          – «Педагогический анализ урока физической культуры»;          – «Хронометраж урока физической культуры»;          «Пульсометрия урока физической культуры».</p>
<p>– оформлять результаты исследовательской и проектной работы.</p>	<p>Проверка заданий:          – «Педагогический анализ урока физической культуры»;          – «Хронометраж урока физической культуры»;          «Пульсометрия урока физической культуры».</p>