

Государственное образовательное учреждение  
"Приднестровский государственный университет им. Т.Г. Шевченко"

Приложение 6, 7

к ОПОП ВО 49.03.01 Физическая культура  
Спортивная тренировка

Рабочая программа практики

**Б2.О.01(У) Учебная практика (ознакомительная в  
общеобразовательных организациях)**

Закреплена за кафедрой **Спортивных дисциплин**  
Учебный план zb49.03.01 СТ 2025 ФФКиС.plx  
49.03.01 Физическая культура  
Профиль Спортивная тренировка

Квалификация бакалавр  
Форма обучения заочная

Форма промежуточной аттестации Зачет с оценкой  
Вид практики Учебная  
Тип практики ознакомительная

Форма проведения дискретно

Объем практики 3

Продолжительность в часах/неделях 108/ 0

**Распределение часов практики**

Курс	3		Итого	
	УП	РП	УП	РП
Вид занятий				
Лекционные занятия	4	4	4	4
Контактная работа	4	4	4	4
в том числе ИКР				
Сам. работа	100	100	100	100
Итого	108	108	108	108

Программу составил(и):

б/с, ст. преподаватель Гамалицкая Галина Михайловна

Программа практики

**Учебная практика (ознакомительная в общеобразовательных организациях)**

разработана в соответствии с ГОС ВО:

Государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 940)

составлена на основании учебного плана:

zb49.03.01 СТ 2025 ФФКиС.plx

Утверждена в составе ОПОП ВО:

49.03.01 Физическая культура, утвержденной учёным советом ГОУ «ПГУ им. Т.Г. Шевченко» от 26.03.2025 протокол № 7.

Программа одобрена на заседании кафедры

**Спортивных дисциплин**

Зав. кафедрой Деркаченко Иван Васильевич

Выпускающая кафедра

**Спортивных дисциплин**

Зав. кафедрой Деркаченко Иван Васильевич

### 1. ЦЕЛИ ПРАКТИКИ

Освоения учебной практики (ознакомительная) в общеобразовательных организациях является ознакомление с содержанием и организацией педагогического процесса в общеобразовательных учреждениях.

### 2. ЗАДАЧИ ПРАКТИКИ

- изучить особенности организации и обеспечения педагогического процесса в общеобразовательных учреждениях;
- провести наблюдение за педагогическим процессом в общеобразовательных учреждениях;
- ознакомиться с процессом планирования и контроля за организацией педагогического процесса в общеобразовательных учреждениях.

### 3. МЕСТО ПРАКТИКИ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Блок. Часть | Б2.О

#### Требования к предварительной подготовке обучающегося:

1	Учебная практика (учебно-лагерный сбор)
2	Анатомия человека
3	Единоборства и методика преподавания
4	Подвижные игры и методика преподавания
5	Физическая культура и спорт
6	Художественная гимнастика и методика преподавания.
7	Футбол и методика преподавания
8	Волейбол и методика преподавания
9	Баскетбол и методика преподавания
10	Физическое воспитание в спортивных оздоровительных лагерях

#### Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной практики необходимо как предшествующее:

1	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы
2	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена
3	Производственная практика (тренажерная)
4	Планирование подготовки спортсмена
5	Психология спорта
6	Теория и методика обучения предмету физическая культура
7	Силовые виды спорта и методика преподавания
8	Методики современных игровых видов спорта
9	Ракеточные виды спорта и методика преподавания
10	Методики современных видов туризма
11	Туризм и методика преподавания
12	Гандбол и методика преподавания
13	Актуальные проблемы физического воспитания

### 4. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

#### УК-7 : Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

УК-7.1	Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.
УК-7.2	Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.

#### ОПК-1 : Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста

ОПК-1.1	Знает: содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста
ОПК-1.2	Умеет: планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста

ОПК-1.3	Владеет: технологией планирования содержания занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста		
<b>ОПК-3 : Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке</b>			
ОПК-3.1	Знает: базовые виды физкультурно-спортивной деятельности		
ОПК-3.2	Умеет: проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке		
ОПК-3.3	Владеет: средствами, методами и приемами базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке		
<b>ПК-6 : Способен осуществлять подготовку занимающихся по видам рекреации и спортивно-оздоровительному туризму</b>			
ПК-6.1	Знает: - нормативно-техническую документация по организации и проведению учебно-тренировочных занятий (походов) по виду рекреации и спортивно-оздоровительного туризма; - программу и методику подготовки занимающихся по виду рекреации и спортивно-оздоровительного туризма; - комплексы упражнений по общей и специальной физической подготовке по виду рекреации и спортивно-оздоровительного туризма		
ПК-6.2	Умеет: - планировать комплекс инструктивно-методических и учебно-тренировочных занятий (походов) по обучению занимающихся по виду рекреации и спортивно-оздоровительного туризма; - подбирать и использовать соответствующие виду рекреации и спортивно-оздоровительного туризма специальные техники и методы общей (теоретической) и специальной (организационной, топографической, психологической) подготовки; - анализировать техническое описание маршрута по виду рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, определять его сложные участки и разрабатывать оптимальные алгоритмы их прохождения		
ПК-6.3	Владеет: - умением собирать и анализировать информацию об особенностях контингента занимающихся (численность, половозрастной состав, подготовленность, интересы, физическое состояние) для определения оптимального содержания оздоровительной и познавательной работы при подготовке по виду рекреации и спортивно-оздоровительного туризма; - навыками составления плана инструктивно-методических и учебно-тренировочных занятий (походов) и организацией соревнований с занимающимися по виду рекреации и спортивно-оздоровительного туризма		
<b>5. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ</b>			
Код занятия	Наименование разделов (этапов) и тем/вид занятия	Часов	Курс
	Раздел 1. Организационно-подготовительный этап: связанный с ознакомлением с программой практики.		
1.1	Установочная конференция по организации проведения учебной практике (ознакомительная в общеобразовательных организациях). Распределение по объектам прохождения практики. /Лек/	2	3
1.2	Собеседование с руководителями образовательных учреждений, учителями физической культуры, организаторами внеклассной и вне-школьной работы. /Ср/	4	3
1.3	Ознакомление с традициями образовательного учреждения, особенностями педагогического и ученического коллективов. Определение консультационных дней по текущим организационным и методическим вопросам. /Ср/	2	3
	Раздел 2. Основной этап: Учебно-методическая работа.		
2.1	Изучение документов планирования по физической культуре в образовательном учреждении /Ср/	16	3
2.2	Посещение уроков учителей физической культуры /Ср/	16	3
2.3	Ведение дневника практиканта и своевременное представление отчетной документации учителю и методисту. /Ср/	26	3
	Раздел 3. Итоговый этап: аналитический, направлен на подведение итогов практики.		
3.1	Итоговая конференция по организации проведения защиты отчета по учебной практике (ознакомительная в общеобразовательных организациях). /Лек/	2	3
3.2	оформление в соответствии с требованиями отчетной ведомости и дневника по практике и подготовка к итоговой конференции. /Ср/	36	3
	<b>Итого:</b>	<b>108</b>	
<b>6. ФОРМЫ ОТЧЕТНОСТИ ПО ПРАКТИКЕ</b>			

<p>По окончании практики студент сдает на кафедре отчет по практике и дневник прохождения практики. Результаты практики оценивает руководитель практики.</p> <p>Обучающиеся, не выполнившие программу практики без уважительной причины или получившие по ее итогам неудовлетворительную оценку, подлежат отчислению в установленном порядке из института, как имеющие академическую задолженность.</p> <p>Перечень отчетных материалов по практике:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Отчетная ведомость по учебной практике (ознакомительная в общеобразовательных организациях).</li> <li>- Дневник по учебной практике (ознакомительная в общеобразовательных организациях).</li> </ul> <p>(Образцы отчетной документации представлены в приложении).</p>
<b>7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>
<b>7.1. Рекомендуемая литература</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика обучения и воспитания физической культуре : учебно-методическое пособие / С. И. Зизикова. — Казань : Поволжский ГУФКСиТ, 2019. — 124 с. URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/154980">https://e.lanbook.com/book/154980</a></li> <li>2. Теория и методика физической культуры и спорта : учебное пособие / И. В. Шиндина, Е. А. Шуняева. — Саранск : МГПУ им. М. Е. Евсевьева, 2015. — 203 с. URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/74503">https://e.lanbook.com/book/74503</a></li> <li>3. Теория и методика физического воспитания обучающихся : учебно-методическое пособие / И. И. Файзрахманов, И. Г. Хурамшин, С. С. Русакова. — Казань : Поволжский ГУФКСиТ, 2024. — 163 с. URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/452099">https://e.lanbook.com/book/452099</a></li> </ol>
<b>7.2 Перечень информационных технологий</b>
<b>7.2.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства</b>
Комплект ПО с академической лицензией, комплектом свободно распространяемого ПО, условно-бесплатного ПО для самостоятельной работы
<b>7.2.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем</b>
<p>Академия Google</p> <p>Научная электронная библиотека eLibrary</p> <p>Электронная школа Приднестровья</p> <p>Научная электронная библиотека «КиберЛенинка»</p> <p>Сайт Министерства просвещения ПМР</p> <p>Школа Приднестровья</p> <p>ФизкультУРА онлайн справочник</p>

<b>8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА, НЕОБХОДИМАЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИКИ</b>	
1	<p>К.3 - 106</p> <p>Помещение для самостоятельной работы обучающихся</p> <p>Комплект учебной мебели на 42 посадочных места, рабочее место преподавателя, обеспечен проводной доступ в сеть интернет, проектор, проекционный экран</p>
2	<p>К.3 - 111</p> <p>Учебная аудитория для проведения учебных занятий/контроля</p> <p>Комплект учебной мебели на 42 посадочных места, рабочее место преподавателя, обеспечен проводной доступ в сеть интернет, проектор, проекционный экран</p>

**9. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ (ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА) ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ПРАКТИКЕ**

**9.1. Контрольные вопросы и задания для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины (модуля)**

Вопросы для собеседования по итогам практики:

1. Краткая характеристика образовательного учреждения.
2. Структура образовательного учреждения.
3. Расскажите основные моменты из должностной инструкции учителя физической культуры.
4. Перечислите нормативную документацию, регламентирующей деятельность организации образования.
5. Дайте характеристику материально-технического оснащения школы для реализации программного материала по предмету физическая культура
6. Охарактеризуйте класс к которому вас прикрепили.
7. Какую внеклассную деятельность проводит учитель физической культуры в школе.
8. Сколько вы посетили уроков физической культуры.
9. Сколько планов-конспектов учебного занятия по физической культуре вы разработали и провели.
10. Какой раздел программы по предмету «Физическая культура» проходили во время прохождения практики.

**9.2. Темы курсовых работ, проектов, РГР**

не предусмотрены учебным планом

**9.3. Фонд оценочных средств (итоговый тест по дисциплине)**

Задания с выбором одного правильного ответа

1. Движения отдельными частями тела или их сочетания, выполняемые с разной скоростью и амплитудой, с максимальным и умеренным мышечным напряжением называются?
  - А) общими упражнениями;
  - В) профессиональными упражнениями;
  - С) прикладными упражнениями;
  - Д) общеразвивающими упражнениями;
  - Е) специальными упражнениями.
2. Для предотвращения травм и повреждений на уроках необходимо?
  - А) соблюдать температурный режим;
  - В) соблюдать правила техники безопасности;
  - С) построение в 1 шеренгу;
  - Д) выполнять программные требования;
  - Е) проводить двустороннюю игру.
3. Физические упражнения – это?
  - А) развитие физических качеств и физических способностей школьников;
  - В) совокупность достижений общества в создании специальных средств в физическом воспитании;
  - С) процесс обучения двигательным действиям и воспитание морально-волевых качеств;
  - Д) двигательные действия, направлены на реализацию задач физического воспитания;
  - Е) процесс физического воспитания, направленный на решение какой-либо практической задачи.
4. Педагогический процесс, направленный на совершенствование формы и функций организма человека, формирования двигательных умений, навыков, связанных с ними знаний и развития физических качеств – это?
  - А) физическая культура;
  - В) физическое совершенство;
  - С) физическое воспитание;
  - Д) физическое развитие;
  - Е) физическая подготовка.
5. Вид спорта известный как «Королева спорта»?
  - А) легкая атлетика;
  - В) гимнастика;
  - С) борьба;
  - Д) тяжелая атлетика;
  - Е) художественная гимнастика.
6. Быстрота – это способность человека?
  - А) преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счет мышечной силы;
  - В) к длительному выполнению какой-либо деятельности без снижения ее эффективности;

- С) совершать двигательные действия в минимальный для данных условий отрезок времени;  
D) комплекс свойств, позволяющих быстро реагировать на сигналы и выполнять движения с большой частотой;  
E) выполнять движение с большей амплитудой.
7. Способ прыжка в длину с разбега?  
A) «согнув ноги»;  
B) «перекидной»;  
C) «фосберифлоп»;  
D) «свободный»;  
E) «перешагивание».
8. В прыжках в высоту с разбега важным качеством является?  
A) координация, скоростно-силовые качества;  
B) ловкость, быстрота;  
C) сила, выносливость;  
D) быстрота, выносливость;  
E) скоростно-силовые качества.
9. Кто придумал и впервые сформулировал правила баскетбола?  
A) Майкл Джордан;  
B) Пьер де Кубертен;  
C) Хуан Антонио Самаранч;  
D) Билл Рассел;  
E) Джеймс Нейсмит.
10. Упражнения для развития координационных способностей?  
A) челночный бег;  
B) выпрыгивание из приседа;  
C) подтягивание в висе на перекладине;  
D) сгибание и разгибание рук в упоре лежа;  
E) прыжки на скакалке.
11. Упражнения для совершенствования прыгучести?  
A) бег с высоким подниманием колен, прыжки на одной ноге;  
B) многоскоки, бег прыжками, ходьба на пятках;  
C) прыжки на одной ноге, прыжок с места на препятствие;  
D) прыжки на скакалке, ходьба на носках, медленный бег;  
E) прыжки на двух ногах, прыжки на скакалке, прыжки через препятствие.
12. После проведения подвижной игры необходимо?  
A) подведение итогов игры;  
B) восстановить дыхание;  
C) выполнить упражнения на гибкость;  
D) назначить нового ведущего;  
E) построить участников в одну шеренгу.
13. Сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами – это?  
A) физкультминутки;  
B) активный отдых;  
C) подвижные игры;  
D) спортивные игры;  
E) урок физкультуры.
14. Общеразвивающие упражнения классифицируются по признаку?  
A) командному;  
B) физическому;  
C) физиологическому;  
D) методическому;  
E) анатомическому.
15. Одна из групп упражнения для формирования правильной осанки?  
A) упражнения с предметом на голове;  
B) разнообразные упражнения с высокой скоростью;

- С) упражнения с прыжками;  
 D) упражнения с утяжелителями;  
 E) упражнения в виси на высокой перекладине.

16. Последовательным касанием «пола» отдельными частями тела, без переворачивания через голову, вперед назад или в сторону выполняют?

- A) перекуты;  
 B) сальто;  
 C) перевороты;  
 D) стойки;  
 E) кувырки.

17. В соответствии с состоянием здоровья, физическим развитием, уровнем общей физической подготовленности и тренированности детей школьного возраста делят на группы?

- A) подготовительную, специальную, лечебную;  
 B) основную, подготовительную, специальную;  
 C) специальную, лечебную, физкультурную;  
 D) основную, специальную, лечебную;  
 E) основную, лечебную, подготовительную.

18. 6 мин бег или тест Купера определяет?

- A) национальный уровень физической подготовленности;  
 B) уровень развития выносливости;  
 C) уровень общефизической подготовленности;  
 D) президентский уровень физической подготовленности;  
 E) уровень силовой выносливости.

19. Отталкивание в опорном прыжке происходит, когда?

- A) стопы коснулись гимнастического мостика;  
 B) когда во время разбега туловище наклонилось вперед;  
 C) приобрел наибольшую скорость при разбеге;  
 D) дошел до гимнастического мостика;  
 E) сделал взмах руками вверх.

20. При выполнении метаний снарядов учащиеся, ожидающие своей очереди находятся?

- A) на стартовой линии;  
 B) за пределами зоны метания;  
 C) на линии метания;  
 D) в зоне метания;  
 E) в секторе для метаний.

#### 9.4. Описание экзаменационного билета

#### 9.5. Критерии оценки результатов обучения по дисциплине (модулю), практике, НИР

Критерии оценки:

- оценка зачтено/«отлично» ставится обучающемуся, полностью выполнившему задачи практики; продемонстрировавшему компетентность в вопросах управления своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни. Своевременная сдача отчетной документации в соответствии с требованиями.
- оценка зачтено/«хорошо» ставится обучающемуся, полностью выполнившему задачи практики; продемонстрировавшему компетентность в вопросах управления своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни. Своевременная сдача отчетной документации с незначительными ошибками в оформлении.
- оценка зачтено/«удовлетворительно» ставится обучающемуся, полностью выполнившему задачи практики; продемонстрировавшему компетентность в вопросах управления своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни. Своевременная сдача отчетной документации с серьезными ошибками в оформлении.
- оценка не зачтено/«неудовлетворительно» заслуживает обучающийся, не выполнивший программу практики.

ЛИСТ ВНЕСЕНИЯ ДОПОЛНЕНИЯ И/ИЛИ ИЗМЕНЕНИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ  
ПРАКТИКИ Б2.О.01(У) Учебная практика (ознакомительная в общеобразовательных  
организациях)

(2025 год начала подготовки)

Направление подготовки: Физическая культура

Профиль подготовки: Спортивная тренировка

Форма обучения: заочная

В рабочую программу вносятся следующие дополнения (изменения):

1. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_;

2. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_;

3. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_;

Дополнения (изменения) обсуждены на заседании кафедры спортивных дисциплин

Протокол № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий кафедрой спортивных дисциплин \_\_\_\_\_  
личная подпись

Деркаченко Иван Васильевич

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Заведующий кафедрой спортивных дисциплин \_\_\_\_\_  
личная подпись

Деркаченко Иван Васильевич

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Государственное образовательное учреждение  
"Приднестровский государственный университет им. Т.Г. Шевченко"

Приложение 6, 7

к ОПОП ВО 49.03.01 Физическая культура  
Спортивная тренировка

Рабочая программа практики

**Б2.О.02(У) Учебная практика (учебно-лагерный сбор)**

Закреплена за кафедрой **Спортивных дисциплин**  
Учебный план zb49.03.01 СТ 2025 ФФКиС.plx  
49.03.01 Физическая культура  
Профиль Спортивная тренировка

Квалификация бакалавр  
Форма обучения заочная

Форма промежуточной аттестации Зачет с оценкой  
Вид практики Учебная

Тип практики практика по профилю профессиональной деятельности

Форма проведения дискретно по видам практик

Объём практики 3

Продолжительность в часах/неделях 108/0

**Распределение часов практики**

Курс	2		Итого	
	УП	РП	УП	РП
Лекционные занятия	4	4	4	4
Контактная работа	4	4	4	4
в том числе ИКР				
Сам. работа	100	100	100	100
Итого	108	108	108	108

Программу составил(и):

б/с, доцент Кравцова Галина Леонидовна

Программа практики

**Учебная практика (учебно-лагерный сбор)**

разработана в соответствии с ГОС ВО:

Государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 940)

составлена на основании учебного плана:

zb49.03.01 СТ 2025 ФФКиС.plx

Утверждена в составе ОПОП ВО:

49.03.01 Физическая культура, утвержденной учёным советом ГОУ «ПГУ им. Т.Г. Шевченко» от 26.03.2025 протокол № 7.

Программа одобрена на заседании кафедры

**Спортивных дисциплин**

Зав. кафедрой Деркаченко Иван Васильевич

Выпускающая кафедра

**Спортивных дисциплин**

Зав. кафедрой Деркаченко Иван Васильевич

### 1. ЦЕЛИ ПРАКТИКИ

1. Применение учебного лекционного и практического материала на занятиях по дисциплинам (плавание, легкая атлетика, туризм, волейбол, футбол, подвижные игры) в период учебно-лагерного сбора.
2. Формирование профессиональных умений и навыков, необходимых будущим педагогам по физической культуре для успешного проведения учебных занятий, спортивно-массовых и спортивно-оздоровительных мероприятий по дисциплинам сбора (плавание, легкая атлетика, туризм, волейбол, футбол, подвижные игры).

Задачами прохождения практики «Учебно-лагерный сбор» являются:

1. Овладение методикой обучения техники выполнения упражнений по дисциплинам, входящим в программу лагерного сбора.
2. Приобретение знаний, умений и навыков, необходимых для успешной самостоятельной организационной и педагогической работы с учащимися во всех типах образовательных учреждений.
3. Приобретение навыков в организации и проведении соревнований по дисциплинам практики.

### 2. ЗАДАЧИ ПРАКТИКИ

1. Овладение методикой обучения техники выполнения упражнений по дисциплинам, входящим в программу лагерного сбора.
2. Приобретение знаний, умений и навыков, необходимых для успешной самостоятельной организационной и педагогической работы с учащимися во всех типах образовательных учреждений.
3. Приобретение навыков в организации и проведении соревнований по дисциплинам практики.

Данные задачи педагогической практики соотносятся со следующими видами и задачами профессиональной деятельности, определяемыми ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура»:

- изучение возможностей, потребностей, достижений обучающихся в области образования и проектирование на основе полученных результатов индивидуальных маршрутов их обучения, воспитания, развития;
- организация обучения и воспитания в сфере образования с использованием технологий, соответствующих возрастным особенностям обучающихся и отражающих специфику предметной области;
- осуществление профессионального самообразования и личного роста, проектирование дальнейшего образовательного маршрута и профессиональной карьеры;
- изучение и формирование потребностей детей и взрослых в культурно-просветительской деятельности.

### 3. МЕСТО ПРАКТИКИ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Блок.Часть	Б2.О
------------	------

#### Требования к предварительной подготовке обучающегося:

- |   |  |
|---|--|
| 1 | Баскетбол и методика преподавания        |
| 2 | Футбол и методика преподавания           |
| 3 | Введение в профессиональную деятельность |

#### Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной практики необходимо как предшествующее:

- |    |  |
|----|--|
| 1  | Спортивное добровольческое (волонтерское) движение                       |
| 2  | Нетрадиционные виды гимнастики   |
| 3  | Допинг и антидопинговый контроль в спорте                                |
| 4  | Гандбол и методика преподавания  |
| 5  | Туризм и методика преподавания   |
| 6  | Патриотическое воспитание спортсменов                                    |
| 7  | Теория и методика обучения предмету физическая культура                  |
| 8  | Психология спорта  |
| 9  | Физиология человека  |
| 10 | Физиология физической культуры и спорта                                  |
| 11 | Планирование подготовки спортсмена                                       |
| 12 | Учебная практика (ознакомительная в общеобразовательных организациях)    |
| 13 | Производственная практика (профессионально-ориентированная в СДЮШОР)     |
| 14 | Производственная практика (тренерская)                                   |
| 15 | Производственная практика (преддипломная)                                |
| 16 | Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена                     |
| 17 | Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы |

### 4. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**УК-3 : Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде**

УК-3.1	Демонстрирует способность работать в команде, проявляет лидерские качества и умения.
--------	--

УК-3.2	Демонстрирует способность эффективного речевого и социального взаимодействия, в том числе с различными организациями.		
<b>ОПК-1 : Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</b>			
ОПК-1.1	Знает: содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста		
ОПК-1.2	Умеет: планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста		
ОПК-1.3	Владеет: технологией планирования содержания занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста		
<b>ОПК-5 : Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения</b>			
ОПК-5.1	Знает: социально-значимые личностные качества занимающихся		
ОПК-5.2	Умеет: воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения		
ОПК-5.3	Владеет: способами воспитания у занимающихся социально-значимых личностных качеств и профилактики негативного социального поведения		
<b>ПК-4 : Способен проводить тренировочные занятия с занимающимися по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</b>			
ПК-4.1	Знает: - технологии спортивной тренировки в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - комплексные методики совершенствования спортивной техники и тактики в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - правила составления отчетной документации по проведению тренировочных занятий с занимающимися по виду спорта (группе спортивных дисциплин)		
ПК-4.2	Умеет: - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения; - предупреждать случаи травматизма и применения допинга во время тренировок; - вести отчетную документацию по проведению тренировочных занятий с занимающимися по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов		
ПК-4.3	Владеет: - навыками построения индивидуализированного тренировочного процесса занимающихся в рамках структуры годичного цикла; - навыками проведения тренировочных занятий с занимающимися, обеспечение роста интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, совершенствования разносторонней технико-тактической подготовленности и индивидуального стиля в виде спорта (группе спортивных дисциплин), стимулирования адаптационных процессов, интегрального совершенствования различных сторон подготовленности занимающегося; - навыками мониторинга и контроля состояния наилучшей готовности (физической, технической, тактической и психической) занимающегося к спортивным достижениям		
<b>5. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ</b>			
Код занятия	Наименование разделов (этапов) и тем/вид занятия	Часов	Курс
	Раздел 1. Раздел 1. Ориентировочно-проектировочный этап.		
1.1	Установочная конференция по учебной практике (учебно-лагерный сбор). Вводный инструктаж по технике безопасности и охране труда. /Лек/	2	2
1.2	1. Составление конспекта урока по плаванию. 2. Проведение занятий с детьми разного возраста в условиях открытого водоема: - подготовка оборудования и места проведения мероприятия /Ср/	6	2

1.3	1. Составление конспекта урока по легкой атлетике. 2. Организация и проведение занятий по легкой атлетике в естественных условиях, содержание и формы работы - выбор места занятий в зависимости от поставленных задач; - техника безопасности; - правила поведения в естественных условиях; - подбор средств для комплекса утренней гимнастики с элементами легкоатлетических упражнений в зависимости от возраста детей. /Ср/	6	2
1.4	1. Составление конспекта урока по волейболу. 2. Организация проведения занятий по волейболу в естественных условиях: - подготовка мест и оборудования для занятий; - техника безопасности на занятиях; /Ср/	6	2
1.5	1. Составление конспекта урока по футболу. 2. Организация и проведение уроков по мини-футболу в условиях летнего лагеря. /Ср/	6	2
1.6	1. Составление конспекта урока по подвижным играм 2. Организация и проведения занятий по подвижным играм в естественных условиях: - подготовка мест и оборудования для занятий; - техника безопасности на занятиях; /Ср/	6	2
1.7	1. Составление конспекта урока по плаванию. 2. Проведение практических занятий по водному туризму и скалолазанию. /Ср/	6	2
Раздел 2. Раздел 2. Содержательно-операционный этап.			
2.1	1. Методика обучения проведения занятий на открытой воде - проведение уроков по плаванию; /Ср/	6	2
2.2	Легкая атлетика 1. Методика обучения технике бега на средние дистанции по пересеченной местности: - техника бега по дистанции; - техника спусков и подъемов в беге на средние дистанции /Ср/	6	2
2.3	Волейбол 1. Методика проведения занятий по волейболу в естественных условиях: - методика обучения технике и тактике /Ср/	6	2
2.4	Футбол 1. Методика проведения занятий по футболу в естественных условиях: - подготовка мест и оборудования для занятий; - техника безопасности на занятиях; - методика обучения технике и тактике /Ср/	6	2
2.5	Подвижные игры 1. Методика проведения игр на местности /Ср/	6	2
2.6	Туризм 1. Методика обучения приемам скалолазания и элементам водного туризма /Ср/	6	2
Раздел 3. Раздел 3. Заключительный этап.			
3.1	- Собеседование по разделам практики. - Итоговая конференция /Лек/	2	2
3.2	Плавание - организация и проведение спортивно-массовых мероприятий на воде в условиях летнего лагеря: /Ср/	4	2

3.3	Легкая атлетика 1. Организация и проведение соревнований по легкой атлетике в условиях летнего лагеря: /Ср/	5	2
3.4	Волейбол Организация и проведение спортивно-массовых оздоровительных мероприятий по волейболу. /Ср/	5	2
3.5	Футбол Организация и проведение спортивно-массовых оздоровительных мероприятий по футболу. /Ср/	5	2
3.6	Подвижные игры Организация и проведение игр на местности в условиях соревнований. /Ср/	5	2
3.7	Туризм 1.Проведение соревнований по водному туризму и скалолазанию в рамках УЛС /Ср/	4	2
<b>Итого:</b>		<b>108</b>	

### 6. ФОРМЫ ОТЧЁТНОСТИ ПО ПРАКТИКЕ

По окончании практики студент сдает на кафедру отчет по практике и дневник прохождения практики. Результаты практики оценивает руководитель практики. Обучающиеся, не выполнившие программу практики без уважительной причины или получившие по ее итогам неудовлетворительную оценку, подлежат отчислению в установленном порядке из института, как имеющие академическую задолженность.

Перечень отчетных материалов по практике:

В соответствии с требованиями ФГОС ВО система оценки качества прохождения лагерного сбора предусматривает следующие виды контроля:

- текущий контроль;
- итоговая аттестация.

Текущий контроль может проводиться в форме практических занятий, выполнения теоретических заданий, предварительной проверки усвоения разделов практики и т. п.

По итогам практики студент получает итоговый зачет, который складывается из результатов по предметам практики. К выполнению зачетных требований, упражнений, нормативов допускаются студенты, прошедшие теоретические и практические занятия.

Зачетные требования по практическому разделу программы включают в себя контроль уровня теоретической и практической подготовленности в конце лагерного сбора и выполнение требований разделов программы по видам спорта:

Необходимо оформление индивидуальной документации по разделам практики и сдача ее преподавателям, ведущим предметы практики в установленные сроки.

Итог практики – зачет с оценкой, по результатам всех предметов, входящих в программу учебно-лагерного сбора.

Форма защиты – собеседование по вопросам к зачету в рамках предметов учебно-лагерного сбора и представление портфолио с отчетной документацией.

- индивидуальное задание;
- планы-конспекты урока/занятия;

### 7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

#### 7.1. Рекомендуемая литература

1. Мезенцева, В. А. Подвижные игры : методические указания / В. А. Мезенцева. — Самара : СамГАУ, 2021. — 23 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/222200> (дата обращения: 22.11.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Подвижные игры : учебное пособие / О. С. Шалаев, В. Ф. Мишенькина, Ю. Н. Эртман, Е. Ю. Ковыршина. — Омск : СибГУФК, 2019. — 158 с. — ISBN 978-5-91930-122-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/142491> (дата обращения: 22.11.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Коротаева О.В. Теория и методика легкой атлетики: учебное пособие для вузов/ О.В. Коротаева. - Санкт-Петербург: Лань, 2025. - 176 с. : ил. - Текст: непосредственный. Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://reader.lanbook.com/book/505465#6> (дата обращения: 24.11.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Легкая атлетика: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / А.И.Жилкин, В.С.Кузьмин, Е.В.Сидорчук. — М.: Издательский центр «Академия», 2003. — 464 с. - Режим доступа: - URL: [https://athletics.neocities.org/literature/Legkay\\_atletika\\_uchebник.pdf](https://athletics.neocities.org/literature/Legkay_atletika_uchebник.pdf)

6. Водные виды спорта: Учебник для студ. высш. учеб. заведений / Под ред. Н.Ж.Булгаковой. - М.: Академия, 2003. - 315с. (112/6 В)
7. Коростиленко Е.П. Теоретический раздел программы по дисциплине "Плавание и методика преподавания": Учебно-методическое пособие. - Тирасполь, 2012. - 105с. (112/6 В), библиотека ПГУ.
8. Футбол: история, правила, техника и тактика игры в футбол : учебно-методическое пособие / составители В. В. Чеботарев, А. В. Чеботарев. — Липецк : Липецкий ГПУ, 2017. — 119 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/112017">https://e.lanbook.com/book/112017</a> (дата обращения: 20.11.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей
9. Волейбол: Учебник для высших учебных заведений физической культуры / А.В.Беляев, М.В.Савин, 2002. - 368 с. <a href="https://volley-ural.ru/userFiles/file/metod/belyaev.pdf">https://volley-ural.ru/userFiles/file/metod/belyaev.pdf</a>
10. Волейбол: ошибки, их причины и методика исправления: Учебно-методическое пособие / Шишкану А.Н., Чекате Т.Т., Мазур В.В., Швыдкая М.В., 2019 - 70 с. <a href="http://moodle.spsu.ru/mod/data/view.php?id=66&amp;rid=27675&amp;filter=1">http://moodle.spsu.ru/mod/data/view.php?id=66&amp;rid=27675&amp;filter=1</a>
11. Спортивные игры и методика преподавания (часть - 1): Учебно-методическое пособие / Чебан Т.Н., Кравцова Г.Л., Мамков О.М., Гамалицкая Г.М., Гамалицкий К.В., Шишкану А.Н., Кольцов Д.А., 2019 - 167с. <a href="http://moodle.spsu.ru/mod/data/view.php?id=66&amp;rid=30394&amp;filter=1">http://moodle.spsu.ru/mod/data/view.php?id=66&amp;rid=30394&amp;filter=1</a>
12. Писаревский Е.Л. Основы туризма. – М., 2014 <a href="http://elib.fa.ru/ebook/basics_of_tourism.pdf/download/basics_of_tourism.pdf">http://elib.fa.ru/ebook/basics_of_tourism.pdf/download/basics_of_tourism.pdf</a>
13. Кравцова. Г.Л. Туризм и методика преподавания: Учеб. -метод. пособие – Тирасполь, – 80 с. (в печатном и электронном виде), 2009 <a href="http://sport.spsu.ru/images/kafedri/LAVVSiT/Metodichki/POSPOOBIE%20PO%20%20NFSV.pdf">http://sport.spsu.ru/images/kafedri/LAVVSiT/Metodichki/POSPOOBIE%20PO%20%20NFSV.pdf</a>

## 7.2 Перечень информационных технологий

### 7.2.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

Комплект ПО с академической лицензией, комплектом свободно распространяемого ПО, условно-бесплатного ПО для самостоятельной работы

### 7.2.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

Академия Google  
 Научная электронная библиотека «КиберЛенинка»  
 Научная электронная библиотека eLibrary  
 Сайт информационного портала Открытые системы  
 Сайт Открытые инновации

## 8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА, НЕОБХОДИМАЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИКИ

1	К.2 - 114 Помещение для самостоятельной работы обучающихся Комплект учебной мебели на 40 посадочных мест, рабочее место преподавателя, доска меловая, обеспечен проводной доступ в сеть интернет
2	00 Спортивный объект Городской стадион им. Е.Я. Шинкаренко Учебная аудитория для проведения учебных занятий/контроля Чаша стадиона с 8-ью беговыми дорожками - 400м круг, сектор для прыжков в длину с разбега, футбольное поле стандартного размера травяное покрытие. Игровые площадки: баскетбольные - 2 шт., волейбольная - 1 шт, бадминтонная - 2 шт. нестандартное оборудование для силовой подготовки - 2 шт. Футбольные площадки для мини-футбола с искусственным покрытием – 2 шт.

## 9. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ (ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА) ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ПРАКТИКЕ

### 9.1. Контрольные вопросы и задания для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины (модуля)

Перечень вопросов к зачету по плаванию:

1. Организация учебного процесса по плаванию в летнем лагере:
  - структура учебных занятий;
  - содержание учебных занятий
2. Проведение занятий в летнем оздоровительном лагере:
  - оборудование места занятий на открытом водоеме;
  - требования к проведению занятий;
  - организация праздника на воде
3. Проведение занятий с детьми разного возраста в условиях открытого водоема.
4. Спасение тонущего на воде, оказание первой помощи:
  - основные способы подплывания к тонущему;
  - освобождение от захватов тонущего;
  - способы транспортировки пострадавшего на воде;
  - подготовка к проведению искусственного дыхания;
  - внешний (непрямой) массаж сердца.
5. Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий на воде в условиях летнего лагеря:
  - составление сценария мероприятия;
  - подготовка оборудования и места проведения мероприятия;
  - проведение мероприятия по плаванию.

Перечень вопросов по легкой атлетике:

1. Задачи, содержание и формы работы по легкой атлетике в летнем лагере:
  - задачи учебных занятий по легкой атлетике;
  - формы организации занятий: бег по пересеченной местности, прыжки, бег на короткие дистанции.
2. Планирование и учет работы по легкой атлетике в лагере:
  - составление плана работы на смену;
  - составление программы соревнований и праздников;
  - учет результатов соревнований и сдача нормативных требований.
3. Организация и проведение соревнований в лагере:
  - судейская коллегия; положение о соревнованиях; подбор и организация места соревнований; техника безопасности.
4. Организация и проведение занятий по легкой атлетике в естественных условиях, содержание и формы работы
  - выбор места занятий в зависимости от поставленных задач;
  - техника безопасности;
  - правила поведения в естественных условиях;
  - подбор средств для комплекса утренней гимнастики с элементами легкоатлетических упражнений в зависимости от возраста детей.
5. Методика обучения технике бега на средние дистанции по пересеченной местности: - техника бега по дистанции;
  - техника спусков и подъемов в беге на средние дистанции.
6. Методика обучения технике бега на короткие дистанции:
  - техника бега по дистанции; техника бега по песку;
  - техника старта и финиширования.
7. Методика обучения технике прыжка в длину с разбега в естественных условиях:
  - техника отталкивания; техника приземления; техника фазы полета; техника прыжка в длину в целом.
8. Методика обучения технике метаний в естественных условиях:
  - техника финального усилия;
  - техника предварительного усилия;
  - техника остановки.
9. Организация и проведение соревнований по легкой атлетике в условиях летнего лагеря:
  - планирование и организация соревнований;
  - судейство соревнований.

Перечень вопросов к зачету по волейболу:

1. Организация и методика проведения занятий по волейболу в летнем лагере.
2. Организация и методика проведения соревнований по волейболу в летнем лагере.
3. Виды соревнований.
4. Организация и подготовка мест, инвентарь.
5. Судейство соревнований.
6. Организация и методика проведения занятий по волейболу в естественных условиях.
7. Подготовка мест и оборудования для занятий.
8. Техника безопасности на занятиях.

9. Методика обучения технике и тактике.
10. Организация и проведение соревнований по волейболу в условиях летнего лагеря.
11. Планирование и организация соревнований.
12. Судейство игр.

Перечень вопросов к зачету по подвижным играм:

1. Организация и методика проведения подвижных игр в лагере.
2. Игры на местности.
3. Организация и проведение соревнований по подвижным играм.
4. Игры-аттракционы.
5. Организация и методика проведения занятий по подвижным играм в естественных условиях.
6. Подготовка мест и оборудования для занятий.
7. Техника безопасности на занятиях.
8. Методика проведения игр на местности.
9. Организация и проведение игр и спортивно-массовых мероприятий в лагере.
10. Планирование и организация соревнований.
11. Судейство соревнований.

Перечень вопросов к зачету по мини-футболу:

1. Организация учебного процесса по футболу в летнем лагере.
2. Структура учебных занятий.
3. Содержание учебных занятий.
4. Организация и проведение соревнований по футболу в летнем лагере.
5. Виды соревнований по футболу.
6. Организация и подготовка мест, инвентарь.
7. Судейство соревнований.
8. Организация и методика проведения занятий по футболу в естественных условиях.
9. Подготовка мест и оборудования для занятий.
10. Техника безопасности на занятиях.
11. Методика обучения технике и тактике
12. Организация и проведение соревнований по футболу в условиях летнего лагеря.
13. Планирование и организация соревнований.
14. Судейство игр.

Перечень вопросов к зачету по туризму:

1. Туризм в системе физического воспитания.
1. Основные понятия типы, виды и формы туризма.
3. Рекреационный туризм.
4. Скалолазание, виды, снаряжение, обеспечение безопасности
5. Спелеотуризм, режим и правила движения, снаряжение, организация бивака, обеспечение безопасности в походе.
6. Водный туризм, виды водного туризма, особенности снаряжения, обеспечение безопасности в походе, основные препятствия на водном маршруте.
7. Лыжный туризм, снаряжение, особенности питания в походе, обеспечение безопасности.
8. Горный туризм, особенности, режим и правила движения, снаряжение, обеспечение безопасности в походе.
9. Велотуризм, особенности, режим и порядок движения, снаряжение, выбор велосипеда, обеспечение безопасности в походе.
10. Экстремальный туризм. Виды экстремального туризма.

## 9.2. Темы курсовых работ, проектов, РГР

Учебным планом не предусмотрены

## 9.3. Фонд оценочных средств (итоговый тест по дисциплине)

1. В беге на средние дистанции применяется старт:
  - а) средний (полунизкий)
  - б) низкий
  - в) высокий
2. К бегу на средние дистанции относится бег:
  - а) от 400 до 1500 м

б) от 500 до 1500 м

в) от 500 до 3000 м

3. К длинным дистанциям относятся дистанции:

а) от 3000 до 10 000 м

б) от 2000 до 10 000 м

в) от 5000 до 10 000 м

4. Стартовое ускорение в беге на средние и длинные дистанции происходит:

а) По прямой, с набором максимальной скорости.

б) По касательной к «бровке», с максимальной скоростью.

в) По касательной к «бровке», с оптимальной скоростью.

5. К бегу на короткие дистанции относится бег:

а) от 100 до 500 м включительно

б) от 100 до 400 м включительно

в) от 30 до 500 м включительно

6. На дистанции вольным стилем спортсмен имеет право плыть способом:

а) кроль на груди

б) любым спортивным способом

в) комплексным плаванием

7. В каком виде плавания, старт осуществляется из воды:

а) в прикладном виде плавании

б) в баттерфляе

в) кроле на спине

7. В плавании способом кроль на спине, после старта согласно правилам полное погружение возможно не более чем на расстоянии:

а) 10 м от стенки

б) 15 м от стенки

в) 18 м от стенки

9. Движение по инерции в воде перед началом гребка, это называется:

а) наплывом

б) скольжением

в) рабочее движение.

10. Положение, в которое возвращаются руки и ноги пловца после выполнения ударов, называется:

а) исходное положение

б) рабочая плоскость

в) исходная точка

11. Определите, какие подвижные игры относятся к группировке по направленности задач.

а) игры без разделения на команды;

б) сложнейшие;

в) тематические.

12. Определите формы организации подвижных игр:

а) урочная и внеурочная;

б) урочная и внеклассная;

в) внеурочная и внеклассная.

13. Определите игры средней подвижности.

а) все занимающиеся активно и одновременно участвуют в игре;

б) попеременно активно участвуют 1-3 игрока;

в) большинство активно участвуют в таких движениях, как передачи, в игре принимают участие отдельные игроки из команд или группы.

14. Установите различия между спортивными и подвижными играми.

а) соревновательный момент;

б) руководство игрой;

в) присвоение разрядов.

15. Установите, какие образовательные задачи решают подвижные игры.
- а) способствуют эстетическому воспитанию;
  - б) оказывают влияние на умственное развитие;
  - в) оказывают влияние на рост, развитие и укрепление опорно-двигательного аппарата.
16. Установите, где находится проводящий, когда игра проходит в круге.
- а) между играющими;
  - б) в круге;
  - в) за кругом.
17. Определить, что включает в себя план изложения подвижной игры.
- а) цель;
  - б) ход игры;
  - в) правила.
18. Определите, какую воспитательную задачу решают подвижные игры:
- а) подвижные игры на свежем воздухе содействуют закаливанию;
  - б) подвижные игры способствуют воспитанию физических качеств;
  - в) подвижные игры активизируют деятельность сердца и легких, повышают их работоспособность.
19. Сколько времени длится футбольный матч
- а) 90 минут
  - б) 45 минут
  - в) 60 минут
  - г) 50 минут
20. С какого расстояния пробивается пенальти в футболе
- а) 7 метров
  - б) 9 метров
  - в) 11 метров
  - г) 12 метров
21. Количество замен разрешенных в официальном матче по футболу
- а) 3
  - б) 4
  - в) 5
  - г) 6
22. Сколько игроков должно быть на поле в одной команде
- а) 10
  - б) 11
  - в) 9
  - г) 8
23. Какого амплуа в футболе не существует
- а) нападающий
  - б) подающий
  - в) защитник
  - г) вратарь
24. Как называется игрок в футболе которому разрешено играть руками
- а) нападающий
  - б) полузащитник
  - в) вратарь
  - г) защитник
25. Как называется мировая футбольная ассоциация
- а) FIFA
  - б) FILA
  - в) KAPPA
  - г) FINA
26. Какую карточку показывает судья при удалении

- а) желтую
- б) зеленую
- в) красную
- г) синяя

27. Главный атрибут бокового судьи

- а) свисток
- б) желтая карточка
- в) флажок
- г) красная карточка

28. В футболе гол считается забитым если мяч ..

- а) попал в перекладину
- б) вышел в аут
- в) не пересек линию ворот между стоек
- г) полностью пересек линию ворот между стоек

29. Кто судит футбольный матч

- а) резервный судья
- б) тренер
- в) комментатор
- г) арбитр

30. Как согласно правилам можно забивать мячи в футболе

- а) только ногами
- б) головой
- в) руками
- г) ногами и другими частями тела кроме рук

31. Аут в футболе вводится

- а) ногами
- б) руками
- в) головой
- г) от груди

32. Размер площадки в волейболе сидя составляет:

- а)  $18 \times 9$  м
- б)  $16 \times 8$  м
- в)  $10 \times 6$  м
- г)  $12 \times 6$  м

33. Количество игроков одной команды на площадке в волейболе сидя:

- а) 5
- б) 6
- в) 7
- г) 8

34. Разрешается ли блокирование подачи в волейболе сидя?

- а) запрещается
- б) разрешается только задней линией
- в) разрешается
- г) разрешается только капитану

34. Поход, организуемый студентами ПГУ по форме организации относится к \_\_\_\_ туризму

- а) плановому
- б) самостоятельному
- в) пешеходному
- г) походному

35. Из перечисленных предметов туристского снаряжения к личному снаряжению не относится

- а) спортивная обувь
- б) палатка
- в) рюкзак
- г) мивина

36. Руководитель похода проводит инструктаж по технике безопасности

- а) во время похода
- б) до похода
- в) при несчастном случае
- г) по ситуации

37. Основным документом для категорийных походов является

- а) положение
- б) маршрутная книжка
- в) медицинская справка
- г) картографический материал

38. В пешеходных походах существует \_\_\_\_ категорий сложности

- а) 4
- б) 5
- в) 6
- г) 3

39. Минимальное количество ходовых дней в походе 1-ой категории сложности:

- а) 8
- б) 12
- в) 6
- г) 18

#### **9.4. Описание экзаменационного билета**

#### **9.5. Критерии оценки результатов обучения по дисциплине (модулю), практике, НИР**

Оценка зачтено «Отлично» - выставляется обучающемуся, показавшему всесторонние, систематизированные, глубокие знания учебной программы дисциплины по практике и умение уверенно применять их на практике;

Оценка зачтено «Хорошо» - выставляется обучающемуся, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, умеет применять полученные знания на практике при проведении урока, но допускает в ответе или в решении задач некоторые неточности;

Оценка зачтено «Удовлетворительно» - выставляется обучающемуся, показавшему фрагментарный, разрозненный характер знаний, недостаточно правильные формулировки базовых понятий, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, но при этом он владеет основными разделами учебной программы, необходимыми для дальнейшего обучения и может применять полученные знания по образцу в стандартной ситуации;

Оценка не зачтено «Неудовлетворительно» - выставляется обучающемуся, который не знает большей части основного содержания учебной программы дисциплины, допускает грубые ошибки в формулировках основных понятий дисциплины и не умеет использовать полученные знания при решении типовых практических задач.

ЛИСТ ВНЕСЕНИЯ ДОПОЛНЕНИЯ И/ИЛИ ИЗМЕНЕНИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ  
ПРАКТИКИ Б2.О.02(У) Учебная практика (учебно-лагерный сбор)

(2025 год начала подготовки)

Направление подготовки: Физическая культура

Профиль подготовки: Спортивная тренировка

Форма обучения: заочная

В рабочую программу вносятся следующие дополнения (изменения):

1. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_;

2. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_;

3. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_;

Дополнения (изменения) обсуждены на заседании кафедры спортивных дисциплин

Протокол № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий кафедрой спортивных дисциплин \_\_\_\_\_  
личная подпись

Деркаченко Иван Васильевич

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Заведующий кафедрой спортивных дисциплин \_\_\_\_\_  
личная подпись

Деркаченко Иван Васильевич

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Государственное образовательное учреждение  
"Приднестровский государственный университет им. Т.Г. Шевченко"

Приложение 6, 7

к ОПОП ВО 49.03.01 Физическая культура  
Спортивная тренировка

Рабочая программа практики

**Б2.О.03(П) Производственная практика (профессионально-ориентированная в СДЮШОР)**

Закреплена за кафедрой **Спортивных дисциплин**  
Учебный план zb49.03.01 СТ 2025 ФФКиС.plx  
49.03.01 Физическая культура  
Профиль Спортивная тренировка

Квалификация бакалавр  
Форма обучения заочная

Форма промежуточной аттестации Зачет с оценкой  
Вид практики Производственная

Тип практики Профессионально-ориентированная практика в организациях  
дополнительного образования.

Форма проведения непрерывно

Объём практики 9

Продолжительность в часах/неделях 324/ 0

**Распределение часов практики**

Курс	3		Итого	
	УП	РП	УП	РП
Лекционные занятия	4	4	4	4
Контактная работа	4	4	4	4
в том числе ИКР				
Сам. работа	316	316	316	316
Итого	324	324	324	324

Программу составил(и):

б/с, доцент Романюк Татьяна Владимировна

Программа практики

**Производственная практика (профессионально-ориентированная в СДЮШОР)**

разработана в соответствии с ГОС ВО:

Государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 940)

составлена на основании учебного плана:

zb49.03.01 СТ 2025 ФФКиС.plx

Утверждена в составе ОПОП ВО:

49.03.01 Физическая культура, утвержденной учёным советом ГОУ «ПГУ им. Т.Г. Шевченко» от 26.03.2025 протокол № 7.

Программа одобрена на заседании кафедры

**Спортивных дисциплин**

Зав. кафедрой Деркаченко Иван Васильевич

Выпускающая кафедра

**Спортивных дисциплин**

Зав. кафедрой Деркаченко Иван Васильевич

### 1. ЦЕЛИ ПРАКТИКИ

закрепление теоретических знаний обучающихся по теории и методике спортивной тренировки, овладение на этой основе профессиональными умениями и навыками, необходимыми в практической деятельности тренера по виду спорта при организации и проведении учебно-тренировочной и воспитательной работы в организациях дополнительного образования.

### 2. ЗАДАЧИ ПРАКТИКИ

- дальнейшее изучение системы работы организаций дополнительного образования спортивной направленности, содержание деятельности тренера-преподавателя, особенности организации и условия проведения тренировочного процесса;
- формирование педагогических умений, позволяющих решать практические задачи подготовки спортсменов в избранном виде спорта;
- формирование профессионально-значимых личностных качеств, необходимых для эффективной тренерской деятельности.

### 3. МЕСТО ПРАКТИКИ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Блок.Часть            Б2.О

#### Требования к предварительной подготовке обучающегося:

1	Физическое воспитание в спортивных оздоровительных лагерях
2	Плавание и методика преподавания
3	Учебная практика (учебно-лагерный сбор)

#### Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной практики необходимо как предшествующее:

1	Спортивный отбор
2	Теория и методика обучения предмету физическая культура
3	Биомеханика
4	Планирование подготовки спортсмена
5	Производственная практика (тренерская)
6	Производственная практика (преддипломная)
7	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена
8	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы

### 4. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

#### ПК-1 : Способен осуществлять отбор занимающихся и оценку их перспективности в достижении спортивных результатов по виду спорта

ПК-1.1	Знает: - теорию и методологию спортивного отбора и прогнозирования, в том числе: основные принципы и методы спортивного отбора, методики отбора по видам спорта, методы выявления общих и специальных спортивных способностей, отвечающих требованиям специфики вида спорта (группы спортивных дисциплин); - возрастные закономерности становления спортивного мастерства (выполнения разрядных нормативов) по виду спорта; - методики комплексной оценки подготовленности занимающихся;
ПК-1.2	Умеет: - использовать морфологические критерии спортивного отбора; - использовать методики анализа соревновательной деятельности занимающихся по виду спорта при оценке перспективности с выделением ключевых параметров;
ПК-1.3	Владет: - способами проведения анализа уровня подготовленности занимающихся по виду спорта (показатели прироста и оценка физических качеств, данные личного учета, аналитические данные педагогического наблюдения, медико- биологических и психологических обследований, антропометрических измерений); - подготовкой отчетной документации по отбору занимающихся и оценке их перспективности в достижении спортивных результатов по виду спорта, в том числе с применением информационных систем

#### ПК-4 : Способен проводить тренировочные занятия с занимающимися по виду спорта (группе спортивных дисциплин)

ПК-4.1	Знает: - технологии спортивной тренировки в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - комплексные методики совершенствования спортивной техники и тактики в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - правила составления отчетной документации по проведению тренировочных занятий с занимающимися по виду спорта (группе спортивных дисциплин)
--------	--

ПК-4.2	Умеет: - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения; - предупреждать случаи травматизма и применения допинга во время тренировок; - вести отчетную документацию по проведению тренировочных занятий с занимающимися по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов		
<b>ПК-6 : Способен осуществлять подготовку занимающихся по видам рекреации и спортивно-оздоровительному туризму</b>			
ПК-6.3	Владеет: - умением собирать и анализировать информацию об особенностях контингента занимающихся (численность, половозрастной состав, подготовленность, интересы, физическое состояние) для определения оптимального содержания оздоровительной и познавательной работы при подготовке по виду рекреации и спортивно-оздоровительного туризм; - навыками составления плана инструктивно-методических и учебно-тренировочных занятий (походов) и организацией соревнований с занимающимися по виду рекреации и спортивно-оздоровительного туризма		
<b>ПК-4 : Способен проводить тренировочные занятия с занимающимися по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</b>			
ПК-4.3	Владеет: - навыками построения индивидуализированного тренировочного процесса занимающихся в рамках структуры годичного цикла; - навыками проведения тренировочных занятий с занимающимися, обеспечение роста интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, совершенствования разносторонней технико-тактической подготовленности и индивидуального стиля в виде спорта (группе спортивных дисциплин), стимулирования адаптационных процессов, интегрального совершенствование различных сторон подготовленности занимающегося; - навыками мониторинга и контроля состояния наилучшей готовности (физической, технической, тактической и психической) занимающегося к спортивным достижениям		
<b>ПК-7 : Способен планировать, разрабатывать и осуществлять методическое сопровождение тренировочного и соревновательного процесса.</b>			
ПК-7.1	Знает: - методику разработки содержания спортивно-массовых мероприятий; - методики разработки мероприятий по формированию патриотизма, национальной идентичности, общечеловеческих норм нравственности, олимпийских идеалов и ценностей, норм честной игры в спорте для населения, лучшие практики и стандарты в этой области; - основы организации работы и методического сопровождения секций, групп физкультурной и спортивной направленности; - методики планирования и организацию проведения физкультурных, спортивно-массовых мероприятий для различных групп населения; - формы и технологии методического обеспечения отборочного, тренировочного и воспитательного процессов спортивной подготовки в физкультурно-спортивной организации		
ПК-7.2	Умеет: - разрабатывать методическую документацию по проведению набора в группы занятий по виду спорта, по индивидуальному отбору лиц для прохождения программ спортивной подготовки; - организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия в физкультурно-спортивной организации; - оценивать параметры тренировочной и воспитательной работы, выявлять факторы, влияющие на результативность тренировочной и воспитательной работы - Составлять и реализовывать программы физической подготовки и физического развития населения		
ПК-7.3	Владеет: - разработкой методической документации по проведению набора в группы занятий по виду спорта, по индивидуальному отбору лиц для прохождения программ спортивной подготовки; - умениями методического сопровождения деятельности инструкторов, тренеров, тренеров-преподавателей и специалистов физкультурно-спортивных организаций, руководителей секций, групп физкультурной и спортивной направленности; - навыками разработкой программ подготовки занимающихся по видам рекреации и спортивно-оздоровительного туризма; - методиками разработки мероприятий по формированию патриотизма, национальной идентичности, общечеловеческих норм нравственности, олимпийских идеалов и ценностей, норм честной игры в спорте для населения, лучшие практики и стандарты в этой области;		
<b>5. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ</b>			
Код занятия	Наименование разделов (этапов) и тем/вид занятия	Часов	Курс
	Раздел 1. Раздел 1. Организационно-подготовительный этап: связанный с ознакомлением с программой практики.		

1.1	Участие в установочной конференции. Ознакомление с организацией и содержанием профессионально-ориентированной практики в организациях дополнительного образования. Ознакомление с организацией и содержанием профессионально-ориентированной практики в организациях дополнительного образования. Ознакомление с инструктажем по технике безопасности в период прохождения профессионально-ориентированной практики в организациях дополнительного образования. /Лек/	2	3
1.2	Знакомство с базой практики, с организацией работы спортивной школы. /Ср/	8	3
1.3	Составление индивидуального плана работы на период практики. /Ср/	8	3
1.4	Ознакомление с типовым положением о спортивной школе ПМР. /Ср/	10	3
1.5	Ознакомление с программой по виду спорта, с документацией, которая ведется тренером преподавателем. /Ср/	12	3
1.6	Составление документов планирования (годовой план-график, план занятий на мезоцикл и т.п.). /Ср/	16	3
	Раздел 2. Раздел 2. Основной этап: учебно-методическая работа.		
2.1	Знакомство и изучение спортсменов прикрепленной группы /Ср/	10	3
2.2	Составление конспектов тренировочных занятий, направленных на развитие выносливости, быстроты, силы и на формирование техники в избранном виде спорта. /Ср/	20	3
2.3	Сбор информации для составления планов бесед со спортсменами. /Ср/	10	3
2.4	Проведение отдельных частей учебно-тренировочного занятия. /Ср/	30	3
2.5	Проведение учебно-тренировочных занятий. /Ср/	40	3
2.6	Участие в обсуждениях проведенных учебно-тренировочных занятий и самооценка проводимых занятий. /Ср/	20	3
2.7	Участие в тренерских советах (совещаниях), проводимых в спортивной школе. /Ср/	10	3
2.8	Участие в методических совещаниях, проводимых руководителем и/или методистом в период прохождения профессионально-ориентированной практики в организациях дополнительного образования. /Ср/	12	3
2.9	Проведение беседы со спортсменами по вопросам здорового образа жизни, средствах восстановления, профилактике травм и перенапряжений и др. /Ср/	20	3
2.10	Изучение и обобщение опыта работающих на базе практики тренеров. /Ср/	30	3
2.11	Выполнение профессионально-ориентированных поручений тренера и/или руководства спортивной школы (решение конкретных задач профессиональной направленности, связанных с организационно-управленческой и/или тренерской деятельностью). /Ср/	30	3
2.12	Проведение научно-исследовательской работы. /Ср/	10	3
2.13	Составление отчетов о проделанной работе. /Ср/	10	3
	Раздел 3. Раздел 3. Итоговый этап: аналитический, направлен на подведение итогов практики.		
3.1	Участие в итоговой конференции. Защита отчета по профессионально-ориентированной практике. /Лек/	2	3
3.2	Подготовка отчетной документации о результатах прохождения профессионально-ориентированной практики в организациях дополнительного образования. /Ср/	10	3
<b>Итого:</b>		<b>324</b>	

### 6. ФОРМЫ ОТЧЁТНОСТИ ПО ПРАКТИКЕ

По окончании практики студент сдает на кафедру отчет по практике и дневник прохождения практики. Результаты практики оценивает руководитель практики. Обучающиеся, не выполнившие программу практики без уважительной причины или получившие по ее итогам неудовлетворительную оценку, подлежат отчислению в установленном порядке из института, как имеющие академическую задолженность.

Перечень отчетных материалов по практике:

1. Дневник по практике. Включает:

- индивидуальный план работы студента на период практики с датами, отметками о выполнении и подписями группового методиста;
- расписание учебно-тренировочных занятий в прикрепленной группе;
- общую характеристику группы занимающихся по виду спорта;

<p>- годовой график учебно-тренировочного процесса;</p> <p>- групповой план тренировочных занятий на мезоцикл (6 недель)</p> <p>- планы-конспекты тренировочных занятий;</p> <p>- педагогический анализ тренировочного занятия.</p> <p>2. Отчетная ведомость студента (с указанием выполненных видов деятельности, заверенных подписями группового методиста по практике).</p>
<b>7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>
<b>7.1. Рекомендуемая литература</b>
<p>1. Основы теории и методики спортивной тренировки: учеб. пособие. – Минск: РИПО. – 250 с.  <a href="https://uormozyr.gguor.by/wp-content/uploads/2023/02/82520_27df2f7745d74a5c534dff2d78c1fcc.pdf">https://uormozyr.gguor.by/wp-content/uploads/2023/02/82520_27df2f7745d74a5c534dff2d78c1fcc.pdf</a></p> <p>2. Типовое Положение о спортивной школе (ДЮСШ, СДЮШОР). <a href="https://sport.gospmr.org/2019/10/18/25-10-2018/">https://sport.gospmr.org/2019/10/18/25-10-2018/</a></p> <p>3. Ашмарин Б.А., Курамшин Ю.Ф. Педагогика физической культуры: Учебное пособие. – СПб.: ЛГОУ, 1999. – 352с.</p> <p>4. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. – М.: издательский центр «Академия», 2000. – 480с.</p> <p>5. Алексеев С.В. под ред. П. В. Крашенинникова Спортивный менеджмент. Регулирование организации и проведения физкультурных и спортивных мероприятий: учебник — Москва : ЮНИТИ- ДАНА, 2017</p> <p>6. Луценко С.А. Организация и проведение соревнований по спортивным играм: учебно-методическое пособие — Санкт-Петербург : Институт специальной педагогики и психологии, 2010</p> <p>7. Смолин Ю.В. Организация и проведение соревнований и подвижных игр: учебно- методическое пособие — Челябинск, 2010</p> <p>8. Починкин А.В. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта: учебное пособие — Москва: Спорт, 2017</p>
<b>7.2 Перечень информационных технологий</b>
<b>7.2.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства</b>
Комплекс ПО с академической лицензией, комплектом свободно распространяемого ПО, условно бесплатного ПО для проведения самостоятельной работы.
<b>7.2.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем</b>
<p>Научная электронная библиотека eLibrary</p> <p>Научная электронная библиотека «КиберЛенинка»</p> <p>Сайт Министерства просвещения ПМР</p>

## 8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА, НЕОБХОДИМАЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИКИ

1	<p>К.2 - 211</p> <p>Помещение для самостоятельной работы обучающихся</p> <p>Комплект учебной мебели на 40 посадочных места, рабочее место преподавателя, доска меловая, обеспечен проводной доступ в сеть интернет, проектор, проекционный экран</p>
2	<p>К.2 - 212</p> <p>Учебная аудитория для проведения учебных занятий/контроля</p> <p>Комплект учебной мебели на 30 посадочных места, рабочее место преподавателя, доска меловая, обеспечен проводной доступ в сеть интернет, проектор, проекционный экран</p>

## 9. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ (ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА) ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ПРАКТИКЕ

### 9.1. Контрольные вопросы и задания для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины (модуля)

Примерные вопросы для собеседования по итогам практики:

1. Дать краткую характеристику образовательному учреждению, где проходила практика ( структура образовательного учреждения, должностные инструкции тренера, график работы и т.п.)..
2. Перечислить нормативную документацию, регламентирующую трудовую деятельность работников учреждения дополнительного образования.
3. Дать характеристику материально-технического оснащения организации спортивной направленности.
4. Рассказать особенности прикрепленной группы на период прохождения практики.
5. Особенности организации тренерского процесса в прикрепленной группе.
6. Перечислить какие были выполнены задания тренера по профессионально-ориентированной практике в организации дополнительного образования.
7. Какие профессионально-значимые личностные качества, необходимые для эффективной тренерской деятельности, формировались у студентов во время прохождения практики?

### 9.2. Темы курсовых работ, проектов, РГР

не предусмотрены учебным планом

### 9.3. Фонд оценочных средств (итоговый тест по дисциплине)

1. В детских спортивных школах физкультурно-спортивная работа с детьми дошкольного возраста проводится:
  - в группах начальной спортивной подготовки;
  - спортивно-оздоровительных группах;
  - учебно-тренировочных группах;
  - группах общей физической подготовки.
2. Непосредственное руководство организацией физкультурно-массовых и спортивных мероприятий в спортивной организации осуществляет:
  - директор;
  - заместитель директора;
  - тренер;
  - методист школы.
3. Календарный план физкультурно-спортивной работы на учебный год в спортивной школе утверждает:
  - директор организации;
  - заместитель директора;
  - тренер;
  - педагогический совет.
4. Основная направленность занятий в кружках или секциях по физической культуре в общеобразовательных организациях:
  - обучение занимающихся базовым видам спорта школьной программы;
  - прикладная физическая подготовка;
  - общая физическая подготовка;
  - физическая рекреация.
5. К формам организации массовой физкультурно-спортивной работы в общеобразовательной школе не относятся:
  - кружки физической культуры;
  - спортивные секции;
  - туристские походы и слеты;
  - уроки физической культуры.
6. Содержание занятий в различных формах организации внеурочной физкультурно-спортивной работы в общеобразовательных организациях определяется:
  - Положением «Об организации внеурочной деятельности обучающихся общеобразовательных организаций»;
  - рабочими программами организации внеурочной деятельности обучающихся;
  - планом внеурочной физкультурно-спортивной работы на учебный год;
  - инструкцией по организации внеурочной деятельности обучающихся общеобразовательных организаций.
7. В соответствии с Законом «О физической культуре и спорте» первый этап в многолетней подготовке спортсменов в спортивных школах называется:
  - этап спортивного отбора и спортивной ориентации;
  - спортивно-оздоровительный этап;
  - этап общей и специальной физической подготовки;
  - этап начальной спортивной специализации.
8. Основным документом, регламентирующим работу спортивной школы в течение учебного года, является:
  - единый календарный план физкультурных и спортивных мероприятий в муниципальных образовательных учреждениях;
  - государственные стандарты спортивной подготовки по соответствующим видам спорта;

- годовой план работы спортивной школы;
  - рабочие программы спортивной подготовки.
9. В образовательных организациях высшего образования основной формой физического воспитания обучающихся являются:
- факультативные занятия;
  - тренировочные занятия;
  - учебные занятия;
  - самостоятельные занятия по индивидуальным физкультурно-оздоровительным и коррекционным программам (под контролем преподавателя).
10. В образовательных организациях высшего образования физическое воспитание обучающихся регламентируется:
- инструкцией по организации и проведению учебных занятий по физической культуре и спорту;
  - рабочими программами дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту;
  - распоряжениями проректора по учебной работе;
  - распоряжениями и методическими рекомендациями заведующего кафедрой.
11. Физкультурно-спортивную работу в трудовых коллективах планирует и непосредственно организует:
- руководитель предприятия (учреждения, организации);
  - заместитель руководителя предприятия по физкультурно-спортивной работе;
  - инструктор-методист по производственной гимнастике и физкультурно-оздоровительной работе;
  - отдел физкультурно-спортивной работы профсоюзного комитета.
12. При составлении комплексов физических упражнений, применяемых в режиме труда и отдыха в трудовых коллективах, ориентируются:
- на возрастные особенности трудящихся и служащих;
  - характер трудовой деятельности, специфику трудовых действий и рабочих движений, характер рабочих поз;
  - уровень физической подготовленности трудящихся и служащих;
  - инструкции по охране труда и здоровья работников в процессе трудовой деятельности.
13. Организация физкультурно-спортивной работы с населением в ПМР регламентируется:
- инструкциями по организации и проведению физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий с различными возрастными категориями граждан;
  - Типовым положением об организации физкультурно-спортивной работы;
  - Законами, указами Президента, постановлениями и распоряжениями Правительства.
14. Планирование, организация и создание условий для занятий физической культурой и спортом граждан по месту жительства и в местах массового отдыха осуществляется:
- Государственной службой по спорту;
  - спортивными федерациями по видам спорта;
  - органами местного самоуправления в соответствии с государственными программами развития физической культуры и спорта в ПМР.
15. В годичном цикле спортивной подготовки сборы для спортсменов по своему назначению подразделяются:
- на втягивающие, спортивного совершенствования, рекреативные, оздоровительно-реабилитационные;
  - подводящие, основные, оздоровительные;
  - тренировочные, предсоревновательные, контрольные, восстановительные;
  - общеподготовительные, специально-подготовительные, оздоровительные.
16. Восстановительные тренировочные сборы для спортсменов проводятся:
- в период реабилитации спортсменов после спортивных травм;
  - в переходном периоде годичного цикла подготовки спортсменов;
  - перед непосредственной подготовкой спортсменов к основным соревнованиям сезона;
  - в конце подготовительного периода годичного цикла тренировок с целью восстановления работоспособности спортсменов после больших тренировочных нагрузок.
17. Различают следующие виды планирования физкультурно-спортивных мероприятий:
- зимнее, весеннее, летнее, осеннее;
  - спортивное, физкультурное, оздоровительное, адаптивное;
  - предварительное, основное (базовое), заключительное;
  - долгосрочное, среднесрочное, краткосрочное.
18. Документ, в котором излагается содержание и последовательности выполнения определенной работы (видов деятельности) в установленные сроки, называется:
- инструкция;
  - план;
  - указание;
  - программа.
19. Планирование физкультурно-спортивной работы на год, квартал, месяц называется:
- перспективным;
  - среднесрочным;
  - краткосрочным;
  - оперативным.

20. Оперативное планирование предусматривает разработку планов физкультурно-спортивных мероприятий (по срокам):
- на один год;
  - квартал;
  - месяц;
  - неделю.
21. Структура календаря спортивно-массовой и оздоровительной работы включает следующие основные разделы:
- «Спартакиады», «Чемпионаты», «Первенства», «Физкультурные праздники»;
  - «Физкультурные мероприятия», «Спортивные мероприятия»;
  - «Комплексные мероприятия», «Физкультурно-оздоровительные мероприятия», «Соревнования по видам спорта»;
  - «Сводно-комбинированные мероприятия», «Спортивно-видовые мероприятия», «Избирательно-поконтигентные мероприятия», «Физкультурные мероприятия среди инвалидов».
22. Спортивные соревнования по характеру определения первенства могут быть:
- юношеские, юниорские, взрослых спортсменов;
  - республиканские, районные, городские;
  - спартакиады, первенства, чемпионаты;
  - личные, лично-командные, командные.
23. К основным документам, регламентирующим организацию и проведение спортивных соревнований и физкультурно-массовых мероприятий, относится:
- календарный план физкультурных и спортивных мероприятий;
  - программа и сценарий проведения физкультурно-спортивных мероприятий;
  - инструкция, регламентирующая организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий;
  - Закон «О физической культуре и спорте ПМР».
24. Документ, определяющий перечень всех физкультурных и спортивных мероприятий на определенный период, сроки и места их проведения, состав участников, ответственных за организацию мероприятий, называется:
- количество правильных ответов: 2
- программа физкультурных и спортивных мероприятий;
  - календарный план физкультурных и спортивных мероприятий;
  - регламент физкультурных и спортивных мероприятий;
  - Постановление о проведении и содержании физкультурных и спортивных мероприятий.
25. Документ, определяющий характер, цели, задачи, программу и расписание соревнований, руководство ими, порядок выявления победителей личного и командного первенства, награждения участников и другие организационные вопросы, называется:
- руководство по организации и проведению спортивных мероприятий;
  - правила соревнований по видам спорта;
  - положение о спортивном соревновании;
  - инструкция, регламентирующая организацию и проведение соревнований.
26. Работой судейской коллегии при проведении соревнований руководит:
- председатель организационного комитета по проведению соревнований;
  - главный спортивный судья соревнований;
  - официальный представитель местных органов управления физической культурой и спортом;
  - комендант соревнований или контролер-распорядитель.

#### 9.4. Описание экзаменационного билета

#### 9.5. Критерии оценки результатов обучения по дисциплине (модулю), практике, НИР

Оценка «зачтено/отлично» выставляется студенту, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач, полученных при прохождении практики.

Оценка «зачтено/хорошо» выставляется студенту, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.

Оценка «зачтено/удовлетворительно» выставляется студенту, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, испытывает затруднения при выполнении практических действий, использует специальную терминологию, но могут быть допущены ошибки в определении основных понятий, которые студент затрудняется исправить самостоятельно; раскрывает сущность решаемой задачи, только при наводящих вопросах преподавателя, несвоевременное предоставление отчетной документации по практике.

Оценка «не зачтено/неудовлетворительно» выставляется студенту, который не знает значительной части программного материала, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические задания, в рамках программы практики; не владеет минимально необходимой терминологией; допускает грубые логические ошибки, отвечая на вопросы преподавателя, которые не может исправить самостоятельно.



ЛИСТ ВНЕСЕНИЯ ДОПОЛНЕНИЯ И/ИЛИ ИЗМЕНЕНИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ  
ПРАКТИКИ Б2.О.03(П) Производственная практика (профессионально-ориентированная в  
СДЮШОР)

(2025 год начала подготовки)

Направление подготовки: Физическая культура

Профиль подготовки: Спортивная тренировка

Форма обучения: заочная

В рабочую программу вносятся следующие дополнения (изменения):

1. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_;

2. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_;

3. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_;

Дополнения (изменения) обсуждены на заседании кафедры спортивных дисциплин

Протокол № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий кафедрой спортивных дисциплин \_\_\_\_\_  
личная подпись

Деркаченко Иван Васильевич

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Заведующий кафедрой спортивных дисциплин \_\_\_\_\_  
личная подпись

Деркаченко Иван Васильевич

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**Государственное образовательное учреждение  
"Приднестровский государственный университет им. Т.Г. Шевченко"**

**Приложение 6, 7**

к ОПОП ВО 49.03.01 Физическая культура  
Спортивная тренировка

**Рабочая программа практики**

**Б2.О.04(II) Производственная практика (тренировочная)**

Закреплена за кафедрой **Спортивных дисциплин**  
Учебный план zb49.03.01 СТ 2025 ФФКиС.plx  
49.03.01 Физическая культура  
Профиль Спортивная тренировка

Квалификация бакалавр  
Форма обучения заочная

Форма промежуточной аттестации Зачет с оценкой

Вид практики Производственная

Тип практики Производственная практика (тренировочная)

Форма проведения дискретно по видам практик

Объём практики 9

Продолжительность в часах/неделях 324/ 0

**Распределение часов практики**

Курс	4		Итого	
	УП	РП	УП	РП
Лекционные занятия	4	4	4	4
Контактная работа	4	4	4	4
в том числе ИКР				
Сам. работа	316	316	316	316
Итого	324	324	324	324

Программу составил(и):

б/с, доцент Кравцова Галина Леонидовна

Программа практики

**Производственная практика (тренинговая)**

разработана в соответствии с ГОС ВО:

Государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 940)

составлена на основании учебного плана:

zb49.03.01 СТ 2025 ФФКиС.plx

Утверждена в составе ОПОП ВО:

49.03.01 Физическая культура, утвержденной учёным советом ГОУ «ПГУ им. Т.Г. Шевченко» от 26.03.2025 протокол № 7.

Программа одобрена на заседании кафедры

**Спортивных дисциплин**

Зав. кафедрой Деркаченко Иван Васильевич

Выпускающая кафедра

**Спортивных дисциплин**

Зав. кафедрой Деркаченко Иван Васильевич

### 1. ЦЕЛИ ПРАКТИКИ

закрепление теоретических знаний студентом в области медико-биологических, психолого-педагогических, биомеханических и правовых основ спортивной тренировки, овладение на этой основе профессиональными умениями и навыками, необходимыми в практической деятельности тренера по виду спорта при организации и проведении учебно-тренировочной, воспитательной и спортивно-массовой работы.

### 2. ЗАДАЧИ ПРАКТИКИ

- изучить систему работы базы практики, содержание деятельности тренера-преподавателя, особенности организации и условия проведения тренировочного процесса;
- довести качество педагогических умений и навыков до уровня, позволяющего самостоятельно решать практические задачи подготовки спортсменов в избранном виде спорта.

### 3. МЕСТО ПРАКТИКИ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Блок.Часть | Б2.О

#### Требования к предварительной подготовке обучающегося:

1	Производственная практика (профессионально-ориентированная в СДЮШОР)
2	Учебная практика (учебно-лагерный сбор)
3	Учебная практика (ознакомительная в общеобразовательных организациях)
4	Физиология человека
5	Анатомия человека
6	Теория и методика физической культуры
7	Патриотическое воспитание спортсменов
8	Единоборства и методика преподавания
9	Подвижные игры и методика преподавания
10	Элективные курсы по физической культуре и спорту
11	Легкая атлетика и методика преподавания
12	Физическая культура и спорт
13	Художественная гимнастика и методика преподавания.
14	Повышение спортивного профессионального мастерства
15	Футбол и методика преподавания
16	Волейбол и методика преподавания
17	Баскетбол и методика преподавания
18	Спортивное добровольческое (волонтерское) движение
19	Гимнастика и методика преподавания

#### Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной практики необходимо как предшествующее:

1	Актуальные проблемы физического воспитания
2	Психология спорта
3	Планирование подготовки спортсмена
4	Производственная практика (преддипломная)
5	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена
6	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы

### 4. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**УК-7 : Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности**

УК-7.1	Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.
УК-7.2	Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.

**ОПК-1 : Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста**

ОПК-1.1	Знает: содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста
ОПК-1.2	Умеет: планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста
ОПК-1.3	Владеет: технологией планирования содержания занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста
<b>ОПК-3 : Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке</b>	
ОПК-3.1	Знает: базовые виды физкультурно-спортивной деятельности
ОПК-3.2	Умеет: проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке
ОПК-3.3	Владеет: средствами, методами и приемами базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке
<b>ПК-4 : Способен проводить тренировочные занятия с занимающимися по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</b>	
ПК-4.1	Знает: - технологии спортивной тренировки в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - комплексные методики совершенствования спортивной техники и тактики в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - правила составления отчетной документации по проведению тренировочных занятий с занимающимися по виду спорта (группе спортивных дисциплин)
ПК-4.2	Умеет: - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения; - предупреждать случаи травматизма и применения допинга во время тренировок; - вести отчетную документацию по проведению тренировочных занятий с занимающимися по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов
ПК-4.3	Владеет: - навыками построения индивидуализированного тренировочного процесса занимающихся в рамках структуры годичного цикла; - навыками проведения тренировочных занятий с занимающимися, обеспечение роста интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, совершенствования разносторонней технико-тактической подготовленности и индивидуального стиля в виде спорта (группе спортивных дисциплин), стимулирования адаптационных процессов, интегрального совершенствования различных сторон подготовленности занимающегося; - навыками мониторинга и контроля состояния наилучшей готовности (физической, технической, тактической и психической) занимающегося к спортивным достижениям
<b>ПК-7 : Способен планировать, разрабатывать и осуществлять методическое сопровождение тренировочного и соревновательного процесса.</b>	
ПК-7.1	Знает: - методику разработки содержания спортивно-массовых мероприятий; - методики разработки мероприятий по формированию патриотизма, национальной идентичности, общечеловеческих норм нравственности, олимпийских идеалов и ценностей, норм честной игры в спорте для населения, лучшие практики и стандарты в этой области; - основы организации работы и методического сопровождения секций, групп физкультурной и спортивной направленности; - методики планирования и организацию проведения физкультурных, спортивно-массовых мероприятий для различных групп населения; - формы и технологии методического обеспечения отборочного, тренировочного и воспитательного процессов спортивной подготовки в физкультурно-спортивной организации
ПК-7.2	Умеет: - разрабатывать методическую документацию по проведению набора в группы занятий по виду спорта, по индивидуальному отбору лиц для прохождения программ спортивной подготовки; - организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия в физкультурно-спортивной организации; - оценивать параметры тренировочной и воспитательной работы, выявлять факторы, влияющие на результативность тренировочной и воспитательной работы - Составлять и реализовывать программы физической подготовки и физического развития населения

ПК-7.3	Владеет: - разработкой методической документации по проведению набора в группы занятий по виду спорта, по индивидуальному отбору лиц для прохождения программ спортивной подготовки; - умениями методического сопровождения деятельности инструкторов, тренеров, тренеров-преподавателей и специалистов физкультурно-спортивных организаций, руководителей секций, групп физкультурной и спортивной направленности; - навыками разработкой программ подготовки занимающихся по видам рекреации и спортивно-оздоровительного туризма; - методиками разработки мероприятий по формированию патриотизма, национальной идентичности, общечеловеческих норм нравственности, олимпийских идеалов и ценностей, норм честной игры в спорте для населения, лучшие практики и стандарты в этой области;		
5. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ			
Код занятия	Наименование разделов (этапов) и тем/вид занятия	Часов	Курс
	Раздел 1. Раздел 1. Организационно-подготовительный этап: связанный с ознакомлением с программой практики.		
1.1	Установочная конференция по организации производственной практике (тренерская). Вводный инструктаж по технике безопасности и охране труда. Распределение обучающихся по объектам прохождения практики. /Лек/	2	4
1.2	Изучение программы практики. /Ср/	6	4
1.3	Ознакомление с правилами внутреннего распорядка, учебной и методической документацией, планами соревновательной деятельности, документами учета и отчетности, материально-техническим обеспечением (состояние зала, оборудования, инвентаря и др.) базы практики – избранного вида спорта; /Ср/	8	4
1.4	Ознакомление с расписанием тренировочных занятий и с группой занимающихся, закрепленной за практикантом /Ср/	10	4
1.5	Разработка индивидуального плана работы студента на период практики; /Ср/	10	4
1.6	Составление личного расписания проведения тренировочных занятий; заполнение дневника-практиканта, с представлением на проверку групповому руководителю /Ср/	10	4
	Раздел 2. Раздел 2. Основной этап: учебно-методическая работа.		
2.1	Разработать годовой график тренировочного процесса по избранному виду спорта, на примере закрепленной группы; /Ср/	20	4
2.2	разработать групповой план тренировочных занятий на мезоцикл; /Ср/	20	4
2.3	Посещение тренировочных занятий, проводимых тренером, с целью изучения особенностей методики преподавания, воспитания и организации занимающихся /Ср/	40	4
2.4	Проведение тренировочных занятий с различными учебно-тренировочными группами /Ср/	40	4
2.5	Ознакомиться с содержанием и организацией воспитательной работы на базе практики /Ср/	20	4
2.6	Разработка документов о соревновании – положение о соревновании, смета, краткий отчет о соревновании; /Ср/	18	4
2.7	Участие в организации и проведении спортивных соревнований в качестве судьи. /Ср/	38	4
2.8	Ознакомиться с организацией и проведением спортивных соревнований в качестве представителя, руководителя команды. /Ср/	34	4
2.9	Ознакомиться с особенностями подготовки и ремонта спортивного инвентаря, оборудования, спортивных площадок к предстоящим занятиям и соревнованиям /Ср/	20	4
	Раздел 3. Раздел 3. Итоговый этап: аналитический, направлен на подведение итогов практики.		
3.1	Сдача отчетной документации практики. - Итоговая конференция по результатам практики. /Лек/	2	4
3.2	Оформление отчетной ведомости и дневника, подготовка к итоговой конференции. /Ср/	22	4
<b>Итого:</b>		<b>324</b>	
6. ФОРМЫ ОТЧЁТНОСТИ ПО ПРАКТИКЕ			
По окончании практики студент сдает на кафедру отчет по практике и дневник прохождения практики. Результаты практики оценивает руководитель практики. Обучающиеся, не выполнившие программу практики без уважительной причины или получившие по ее итогам неудовлетворительную оценку, подлежат отчислению в установленном порядке из института, как имеющие			

академическую задолженность.

Перечень отчетных материалов по практике:

1. Дневник по практике. Включает:
  - индивидуальный план работы студента на период практики с датами, отметками о выполнении и подписями группового методиста;
  - расписание учебно-тренировочных занятий в прикрепленной группе;
  - общую характеристику группы занимающихся по виду спорта;
  - годовой график учебно-тренировочного процесса;
  - групповой план тренировочных занятий на мезоцикл (6 недель)
  - планы-конспекты тренировочных занятий;
  - педагогический анализ тренировочного занятия.
2. Отчетная ведомость студента (с указанием выполненных видов деятельности, заверенных подписями группового методиста по практике).

## 7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 7.1. Рекомендуемая литература

1. Кетриш, Е. В. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: практикум : учебное пособие / Е. В. Кетриш. — Екатеринбург : РГПУ, 2023. — 99 с. — ISBN 978-5-8050-0759-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/369014> (дата обращения: 10.02.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Данилов, А. В. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте : учебное пособие / А. В. Данилов, Г. М. Юламанова, Т. Ф. Емельява. — Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2019. — 70 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/129825> (дата обращения: 10.02.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Небригов, Б. Н. Основы научно-исследовательской работы : учебное пособие / Б. Н. Небригов. — Ростов-на-Дону : Донской ГТУ, 2021. — 72 с. — ISBN 978-5-7890-1906-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/237794> (дата обращения: 10.02.21)
4. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по спец. 033100 - Физическая культура / Железняк, Юрий Дмитриевич ; Ю.Д. Железняк, П.К. Петров. - М. :Academia, - 261 с. : табл., ил. - (Высшее образование). - Прил.: с. 243-259. - Лит. в конце гл. - ISBN 5-7695-0571-0. [https://academia-moscow.ru/ftp\\_share/\\_books/fragments/fragment\\_18850.pdf](https://academia-moscow.ru/ftp_share/_books/fragments/fragment_18850.pdf)
5. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта : учеб. пособие для академического бакалавриата /В. Г. Никитуш кин. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Ю райт, 2017. — 280 с. — Серия : Бакалавр и магистр. Академический курс. [http://lib.sibsport.ru/www/libsport.nsf/0/56e43e833d32950c472581a60030dbb8/\\$FILE/%D0%9D%D0%B8%D0%BA%D0%B8%D1%82%D1%83%D1%88%D0%BA%D0%B8%D0%BD.pdf026](http://lib.sibsport.ru/www/libsport.nsf/0/56e43e833d32950c472581a60030dbb8/$FILE/%D0%9D%D0%B8%D0%BA%D0%B8%D1%82%D1%83%D1%88%D0%BA%D0%B8%D0%BD.pdf026)). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### 7.2 Перечень информационных технологий

#### 7.2.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

Комплект ПО с академической лицензией, комплектом свободно распространяемого ПО, условно-бесплатного ПО для самостоятельной работы

#### 7.2.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

Научная электронная библиотека eLibrary  
Академия Google  
Сайт информационного портала Открытые системы  
Научная электронная библиотека «КиберЛенинка»  
Сайт Министерства просвещения ПМР  
ФизкультУРА онлайн справочник

## 8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА, НЕОБХОДИМАЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИКИ

1	К.3 - 111 Помещение для самостоятельной работы обучающихся омплект учебной мебели на 42 посадочных места, рабочее место преподавателя, обеспечен проводной доступ в сеть интернет, проектор, проекционный экран
2	К.3 - 209 Учебная аудитория для проведения учебных занятий/контроля Комплект учебной мебели на 42 посадочных места, рабочее место преподавателя, обеспечен проводной доступ в сеть интернет, проектор, проекционный экран

**9. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ (ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА) ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ПРАКТИКЕ**

**9.1. Контрольные вопросы и задания для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины (модуля)**

Вопросы для собеседования

1. Сроки практики, база практики, руководители практики от факультета и от учреждения образования, организации и т.п.
2. Структура базы практики, с какой плановой (методической) документацией ознакомились. На какой конкретно из документов опирались при оформлении отчетной документации по практике.
3. Составление комплексов для развития недостающих физических качеств.
4. Годовой план-график спортивной тренировки в прикрепленных группах.
5. План тренировок на один месяц в прикрепленной группе.
6. План тренировок на один месяц в прикрепленной группе.
7. План - конспекты занятий в прикрепленной группе.
8. Анализ учебно-тренировочного занятия.
9. Протокол хронометрирования учебно - тренировочного занятия.
10. Пульсометрия учебно-тренировочного занятия.
11. Характеристика на спортсмена.
12. Положение и отчет о физкультурно-массовом мероприятии.
13. План воспитательного мероприятия в прикрепленной группе.
14. Отчет студента-практиканта по итогам практики.

**9.2. Темы курсовых работ, проектов, РГР**

учебным планом не предусмотрены

**9.3. Фонд оценочных средств (итоговый тест по дисциплине)**

Тест по практике

1. Что является объектом исследования в физической культуре и спорте?
  - а) Методика тренировки
  - б) Физическая культура и спортивная деятельность человека
  - в) Спортивный инвентарь
  - г) Учебный план
  
2. Что понимается под предметом исследования?
  - а) Совокупность методов исследования
  - б) Отдельные стороны, свойства и отношения объекта
  - в) Цель научной работы
  - г) Результаты эксперимента
  
3. Анкетирование применяется для:
  - а) Измерения физических качеств
  - б) Получения субъективной информации
  - в) Анализа биомеханики движений
  - г) Определения уровня подготовки
  
4. Какой метод чаще всего используется для оценки уровня физической подготовленности?
  - а) Интервью
  - б) Наблюдение
  - в) Контрольные упражнения и тесты
  - г) Анализ документов
  
5. Основным этапом научного исследования является:
  - а) Сбор инвентаря
  - б) Формулировка цели и задач
  - в) Проведение соревнований
  - г) Подготовка отчетов
  
6. Итогом научного исследования является:
  - а) План тренировки
  - б) Научный отчет или публикация
  - в) Спортивный результат
  - г) Учебное занятие
  
6. Что является основным средством физической культуры?

- а).Физические упражнения  
б).Техника двигательного действия  
в).Тактика избранного вида спорта
7. Проявление двигательного навыка определяется:  
а).Умением выполнить упражнение  
б).Запоминанием упражнения  
в).Автоматическим выполнением движения
8. Цель начального этапа обучения:  
Тип вопроса: Одиночный выбор  
а).Совершенствовать технику  
б).Закрепить технику двигательного действия  
в).Сформировать основу изучаемого движения для выполнения в общих чертах
9. Цель углубленного этапа обучения:  
а).Сформировать полноценное двигательное умение  
б). Дать представление о движении  
в). Рассказ и показ движения
10. К основным физическим способностям относят:  
а).Волевые усилия человека  
б).Высокое чувство патриотизма  
в).Координация, быстрота, сила, выносливость и гибкость
11. Основным средством развития силы является:  
а).Максимальная гибкость мышечных волокон  
б).Упражнения с весом собственного тела и с весом внешних предметов  
в).Танцевальные движения
12. Основным средством развития быстроты является:  
а).Стретчинг  
б).Бег  
в).Танцы
13. Под координационными способностями понимают:  
а).Способности быстро, точно, целесообразно, экономично наиболее эффективно решать двигательные задачи  
б).Быстроту бега  
в).Поднятие предметов из различных положений
14. Основным средством развития координации является:  
а).Спортивные и подвижные игры  
б).Плавание  
в).Гребля
15. Что относится к основному средству развития общей выносливости?  
а).Циклические виды упражнений (продолжительный бег, плавание, езда на велосипеде, гребля)  
б).Игры с мячом  
в).Эстафета
16. Какая форма является основной для построения занятия в физическом воспитании?  
а).Утренняя гимнастика  
б).Урочные формы  
в).Танцы
17. Назовите структуру урока физической культуры?  
а).Подготовительная, основная и заключительная части урока  
б).Введение, основа и заключение  
в).Дополнение и уточнение в процессе выполнения движения
18. Сенситивные периоды в развитии различных физических качеств — это:  
а).Возрастные интервалы, в которые организм наиболее восприимчив к развитию определённых физических качеств  
б).Способность преодолевать барьеры  
в).Перемещение по дистанции

19. Методы, направленные на освоение техники — это:

- а). Целостно-конструктивный — разучивание несложных упражнений в целом, расчленённо-конструктивный — разучивание более сложных упражнений по частям
- б). Рассказ историй
- в). Выбор экипировки

20. Что такое «техника физического упражнения»?

- а). Совокупность внешних признаков движения (амплитуда, темп, ритм)
- б). Целесообразный, относительно высоко эффективный способ выполнения движения
- в). Количество повторений упражнения в подходе

21. Что означает принцип возрастной адекватности педагогических воздействий?

- а). Использование одних и тех же упражнений для всех возрастных групп
- б). Учёт возрастных особенностей и возможностей занимающихся при подборе средств и методов
- в). Отказ от нагрузок для лиц старше 50 лет

22. Какой вид физической культуры ориентирован на людей с ограниченными возможностями здоровья?

- а). Базовая физическая культура
- б). Оздоровительная физическая культура
- в). Адаптивная физическая культура

23. Чем отличается общая физическая подготовка (ОФП) от специальной (СФП)?

- а). ОФП направлена на всестороннее развитие физических качеств, СФП — на развитие качеств, специфичных для конкретного вида деятельности
- б). ОФП проводится только в зале, СФП — на улице
- в). ОФП включает только силовые упражнения, СФП — только скоростные

24. Переутомление – это?

- а) состояние организма, при котором работоспособность человека временно снижена;
- б) состояние организма, при котором резко снижается работоспособность, развивается слабость, тахикардия, повышение артериального давления;
- в) патологическое состояние организма. Проявляется в виде невроза, нарушения деятельности сердечно-сосудистой системы, ухудшения спортивного результата.

25. Циклический вид спорта?

- а) спринтерский бег;
- б) прыжки в воду;
- в) синхронное плавание.

26. Основными показателями физического развития человека являются?

- а) показатели здоровья;
- б) показатели телосложения;
- в) показатели развития физических качеств;
- г) все перечисленное.

27. Укажите какое понятие относится к этому определению?

Собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также межчеловеческие отношения и нормы, ей присущие:

- а) спорт;
- б) физическая подготовка;
- в) физическое образование;
- г) физическое совершенство.

28. В большей степени общая выносливость необходима при занятиях?

- а) фехтованием;
- б) велоспортом;
- в) стрельбой.

29. В какой части занятия используют общеразвивающие упражнения, как средство для разминки?

- а) в подготовительной;
- б) в основной;
- в) в заключительной.

30. Пульсовой режим рациональной тренировочной нагрузки составляет?

- а) 120 уд/мин.;
- б) 160 уд/мин.;
- в) 200 уд/мин.

31. Ударный объём крови во время тренировки на выносливость у спортсмена по сравнению с не спортсменом?

- а) больше;
- б) меньше.

32. К физическим качествам не относится?

- а) ловкость;
- б) смелость;
- в) быстрота.

#### **9.4. Описание экзаменационного билета**

#### **9.5. Критерии оценки результатов обучения по дисциплине (модулю), практике, НИР**

Оценка зачтено/ «Отлично» выставляется, если обучающийся демонстрирует системность и глубину знаний, полученных при прохождении практики; стилистически грамотно, логически правильно излагает ответы на вопросы; дает исчерпывающие ответы на дополнительные вопросы преподавателя по темам, предусмотренным программой практики.

Оценка зачтено/«Хорошо» выставляется, если обучающийся демонстрирует достаточную полноту знаний в объеме программы практики, при наличии лишь несущественных неточностей в изложении содержания основных и дополнительных ответов; владеет необходимой для ответа терминологией; недостаточно полно раскрывает сущность вопроса; допускает незначительные ошибки, но исправляется при наводящих вопросах преподавателя.

Оценка зачтено/«Удовлетворительно» выставляется, если обучающийся демонстрирует недостаточно последовательные знания по вопросам программы практики; использует специальную терминологию, но могут быть допущены 1-2 ошибки в определении основных понятий, которые студент затрудняется исправить самостоятельно; способен самостоятельно, но не глубоко, анализировать материал, раскрывает сущность решаемой проблемы только при наводящих вопросах преподавателя.

Оценка не зачтено/ «Неудовлетворительно» выставляется, если обучающийся демонстрирует фрагментарные знания в рамках программы практики; не владеет минимально необходимой терминологией; допускает грубые логические ошибки, отвечая на вопросы преподавателя, которые не может исправить самостоятельно.

ЛИСТ ВНЕСЕНИЯ ДОПОЛНЕНИЯ И/ИЛИ ИЗМЕНЕНИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ  
ПРАКТИКИ Б2.О.04(П) Производственная практика (тренажерная)

(2025 год начала подготовки)

Направление подготовки: Физическая культура

Профиль подготовки: Спортивная тренировка

Форма обучения: заочная

В рабочую программу вносятся следующие дополнения (изменения):

1. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_;

2. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_;

3. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_;

Дополнения (изменения) обсуждены на заседании кафедры спортивных дисциплин

Протокол № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий кафедрой спортивных дисциплин \_\_\_\_\_  
личная подпись

Деркаченко Иван Васильевич

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Заведующий кафедрой спортивных дисциплин \_\_\_\_\_  
личная подпись

Деркаченко Иван Васильевич

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Государственное образовательное учреждение  
"Приднестровский государственный университет им. Т.Г. Шевченко"

Приложение 6, 7

к ОПОП ВО 49.03.01 Физическая культура  
Спортивная тренировка

Рабочая программа практики

**Б2.О.05(Пд) Производственная практика (преддипломная)**

Закреплена за кафедрой **Спортивных дисциплин**  
Учебный план zb49.03.01 СТ 2025 ФФКиС.plx  
49.03.01 Физическая культура  
Профиль Спортивная тренировка

Квалификация бакалавр  
Форма обучения заочная

Форма промежуточной аттестации Зачет с оценкой  
Вид практики Производственная  
Тип практики преддипломная

Форма проведения дискретно

Объём практики 6

Продолжительность в часах/неделях 216/0

**Распределение часов практики**

Курс	5		Итого	
	УП	РП	УП	РП
Лекционные занятия	4	4	4	4
Контактная работа	4	4	4	4
в том числе ИКР				
Сам. работа	208	208	208	208
Итого	216	216	216	216

Программу составил(и):

б/с, ст. преподаватель Гамалицкая Галина Михайловна

Программа практики

**Производственная практика (преддипломная)**

разработана в соответствии с ГОС ВО:

Государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 940)

составлена на основании учебного плана:

zb49.03.01 СТ 2025 ФФКиС.plx

Утверждена в составе ОПОП ВО:

49.03.01 Физическая культура, утвержденной учёным советом ГОУ «ПГУ им. Т.Г. Шевченко» от 26.03.2025 протокол № 7.

Программа одобрена на заседании кафедры

**Спортивных дисциплин**

Зав. кафедрой Деркаченко Иван Васильевич

Выпускающая кафедра

**Спортивных дисциплин**

Зав. кафедрой Деркаченко Иван Васильевич

**1. ЦЕЛИ ПРАКТИКИ**

Сбор количественной и качественной информации и подготовка материалов для выполнения выпускной квалификационной работы по специальности: 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриата).

**2. ЗАДАЧИ ПРАКТИКИ**

Применение опыта и закрепление навыков, полученных выпускниками на предыдущих практиках; приобретение навыков самостоятельного исследования актуальной научной проблемы или решения реальной педагогической задачи в рамках темы дипломной работы; изучение методических и нормативных материалов, научной фундаментальной и периодической литературы; сбор, систематизация и обобщение материалов по вопросам, разрабатываемым студентом при выполнении выпускной квалификационной работы; проведение самостоятельной обработки полученных данных, в том числе с применением методов математической статистики и анализ количественных и качественных показателей выполняемой квалификационной работы; формирование и проверка профессиональной готовности выпускников факультета к самостоятельной исследовательской, педагогической и проектной деятельности; адаптация к рынку труда по профилю подготовки; корректировка и шлифовка деловых качеств, необходимых для последующего выполнения должностных обязанностей, совершенствование аналитической и рефлексивной деятельности выпускников, формирование адекватной самооценки, ответственности за результаты своего труда.

**3. МЕСТО ПРАКТИКИ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Блок.Часть	Б2.О
------------	------

**Требования к предварительной подготовке обучающегося:**

1	Производственная практика (тренирующая)
2	Производственная практика (профессионально-ориентированная в СДЮШОР)
3	Учебная практика (учебно-лагерный сбор)
4	Физиология физической культуры и спорта
5	Теория и методика физической культуры
6	Допинг и антидопинговый контроль в спорте
7	Повышение спортивного профессионального мастерства
8	Теория спорта
9	Основы профессиональной деятельности тренера

**4. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)****ПК-2 : Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся по виду спорта**

ПК-2.1	Знает: - правила вида спорта, программу спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - виды, содержание и технологию планирования тренировочных занятий в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - особенности построения процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин)
ПК-2.2	Умеет: - планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом комплекса индивидуальных характеристик и адаптационных возможностей занимающегося; - подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся; - оценивать результативность спортивной подготовки занимающихся, выявлять проблемы и предлагать способы ее совершенствования
ПК-2.3	Владеет: - методиками тренировочных занятий с использованием в совокупности средств (общеразвивающие упражнения, специальные подготовительные упражнения, теоретические знания, соревновательные упражнения в необычных условиях) и методов тренировки, в том числе с использованием неспецифических средств, стимулирующих работоспособность и эффективность выполнения двигательных действий; - методикой составления плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста технического и тактического мастерства, психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, на выполнение занимающимся разрядных требований (краткосрочное и долгосрочное планирование)

**ПК-3 : Способен вести подготовку занимающихся для участия в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки**

ПК-3.1	Знает: - международные антидопинговые правила и стандарты; - планы медико-биологических, научно-методических и антидопинговых мероприятий; - методы организации медико-биологического контроля в спорте; - содержание и последовательность восстановительных мероприятий по виду спорта
--------	---

ПК-3.2	Умеет: - использовать данные дневников самоконтроля, данные медико-биологического тестирования и наблюдения для коррекции процесса спортивной подготовки занимающихся; - оформлять запрос на терапевтическое использование фармакологических средств, а также на модификации фармакологических средств, разрешенных для занимающегося		
ПК-3.3	Владеет: - методиками проведения анализа результатов выполнения занимающимися контрольных упражнений (тестов) в рамках медико-биологического, научно-методического наблюдения, данных дневников самоконтроля, систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки; - требованиями составления отчетной документации по подготовке занимающихся для участия в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения, в том числе с применением информационных систем		
<b>ПК-4 : Способен проводить тренировочные занятия с занимающимися по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</b>			
ПК-4.1	Знает: - технологии спортивной тренировки в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - комплексные методики совершенствования спортивной техники и тактики в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - правила составления отчетной документации по проведению тренировочных занятий с занимающимися по виду спорта (группе спортивных дисциплин)		
ПК-4.2	Умеет: - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения; - предупреждать случаи травматизма и применения допинга во время тренировок; - вести отчетную документацию по проведению тренировочных занятий с занимающимися по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов		
ПК-4.3	Владеет: - навыками построения индивидуализированного тренировочного процесса занимающихся в рамках структуры годичного цикла; - навыками проведения тренировочных занятий с занимающимися, обеспечение роста интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, совершенствования разносторонней технико-тактической подготовленности и индивидуального стиля в виде спорта (группе спортивных дисциплин), стимулирования адаптационных процессов, интегрального совершенствование различных сторон подготовленности занимающегося; - навыками мониторинга и контроля состояния наилучшей готовности (физической, технической, тактической и психической) занимающегося к спортивным достижениям		
<b>5. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ</b>			
Код занятия	Наименование разделов (этапов) и тем/вид занятия	Часов	Курс
	Раздел 1. Организационно-подготовительный этап: связанный с ознакомлением с программой практики.		
1.1	Установочная конференция по организации проведения производственной практики (преддипломной). Распределение обучающихся по объектам прохождения практики. /Лек/	2	5
1.2	Ознакомление с программой практики. Составление индивидуального плана прохождения практики. /Ср/	10	5
	Раздел 2. Основной этап: связанный с учебно-методической работой и учебно-исследовательской работой по теме ВКР		
2.1	Определение цели и задач практики применительно к теме выпускной квалификационной работы (ВКР), обозначение основных требований, составление плана прохождения практики вместе с научным руководителем ВКР. /Ср/	20	5
2.2	Сбор теоретического и фактического материала для написания ВКР/Ср/	60	5
2.3	В ходе преддипломной практики необходимо собрать требуемую информацию, провести ее анализ и представить руководителю следующие документы: Библиографический список; Введение. Обоснование актуальности и новизны исследования, формулировка его целей и задач, предмета и объекта, определение методологической базы работы и ее структуры; Материалы, собранные и структурированные для написания теоретической и практической глав выпускной квалификационной работы; Предварительные выводы по исследованию. /Ср/	96	5
	Раздел 3. Итоговый этап: аналитический, направлен на подведение итогов практики.		
3.1	Итоговая конференция по организации проведения защиты отчета по производственной практике (преддипломной). /Лек/	2	5

3.2	Оформление отчетной ведомости и дневника, подготовка к итоговой конференции. /Ср/	22	5
<b>Итого:</b>		<b>216</b>	
<b>6. ФОРМЫ ОТЧЁТНОСТИ ПО ПРАКТИКЕ</b>			
<p>По окончании практики студент сдает на кафедру отчет по практике и дневник прохождения практики. Результаты практики оценивает руководитель практики.</p> <p>Обучающиеся, не выполнившие программу практики без уважительной причины или получившие по ее итогам неудовлетворительную оценку, подлежат отчислению в установленном порядке из института, как имеющие академическую задолженность.</p> <p>Перечень отчетных материалов по практике:          Отчетная ведомость по учебной практике (педагогическая ознакомительная)          Дневник по учебной практике (педагогическая ознакомительная)          (Образцы отчетной документации представлены в приложении)</p>			
<b>7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>			
<b>7.1. Рекомендуемая литература</b>			
<p>1. Кетриш, Е. В. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: практикум : учебное пособие / Е. В. Кетриш. — Екатеринбург : РГПУ, 2023. — 99 с. — ISBN 978-5-8050-0759-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/369014">https://e.lanbook.com/book/369014</a> (дата обращения: 10.02.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.</p> <p>2. Данилов, А. В. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте : учебное пособие / А. В. Данилов, Г. М. Юламанова, Т. Ф. Емельёва. — Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2019. — 70 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/129825">https://e.lanbook.com/book/129825</a> (дата обращения: 10.02.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.</p> <p>3. Небритов, Б. Н. Основы научно-исследовательской работы : учебное пособие / Б. Н. Небритов. — Ростов-на-Дону : Донской ГТУ, 2021. — 72 с. — ISBN 978-5-7890-1906-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/237794">https://e.lanbook.com/book/237794</a> (дата обращения: 10.02.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.</p> <p>4. Шароватов, Е. В. Теория и практика научно-исследовательской и выпускной квалификационной работ : учебное пособие / Е. В. Шароватов, К. К. Скогорев. — Москва : РТУ МИРЭА, 2024. — 98 с. — ISBN 978-5-7339-2338-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/457031">https://e.lanbook.com/book/457031</a> (дата обращения: 10.02.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.</p>			
<b>7.2 Перечень информационных технологий</b>			
<b>7.2.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства</b>			
Комплект ПО с академической лицензией, комплектом свободно распространяемого ПО, условно-бесплатного ПО для самостоятельной работы			
<b>7.2.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем</b>			
Академия Google Научная электронная библиотека «КиберЛенинка» Научная электронная библиотека eLibrary Информационно-правовое обеспечение «КонсультантПлюс» Сайт Министерства просвещения ПМР Медиа-платформа от Adobe			
<b>8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА, НЕОБХОДИМАЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИКИ</b>			
1	К.3 - 111 Помещение для самостоятельной работы обучающихся комплект учебной мебели на 42 посадочных места, рабочее место преподавателя, обеспечен проводной доступ в сеть интернет, проектор, проекционный экран		
2	К.3 - 106 Учебная аудитория для проведения учебных занятий/контроля Комплект учебной мебели на 42 посадочных места, рабочее место преподавателя, обеспечен проводной доступ в сеть интернет, проектор, проекционный экран		

**9. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ (ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА) ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ПРАКТИКЕ**

**9.1. Контрольные вопросы и задания для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины (модуля)**

Вопросы для собеседования

1. Сроки практики, база практики, руководители практики от факультета и от учреждения образования, организации и т.п.
2. Структура базы практики, с какой плановой (методической) документацией ознакомились. На какой конкретно из документов опирались при написании выпускной квалификационной работы.
3. Возраст и категория исследуемых учащихся согласно теме выпускной квалификационной работы с подробным описанием состава экспериментальной и контрольной групп, участвующих в эксперименте
4. Указать, какая научно-исследовательская работа (конкретно: цель, задачи, методы экспериментальной работы, поэтапное выполнение эксперимента, методики и т.д.) по выпускной квалификационной работе была проведена

**9.2. Темы курсовых работ, проектов, РГР**

учебным планом не предусмотрены

**9.3. Фонд оценочных средств (итоговый тест по дисциплине)**

Инструкция: Выберите один правильный ответ из предложенных вариантов.

Вопросы:

1. Какова средняя величина частоты сердечных сокращений у студента основной медицинской группы в спокойном состоянии?
  - 1) 30 уд/мин.;
  - 2) 70 уд/мин.;
  - 3) 100 уд/мин.
2. Сила – это?
  - 1) способность мышечным напряжением преодолевать механическое и биомеханическое сопротивление, обеспечивая эффективное выполнение двигательного действия;
  - 2) способность мышечными усилиями противостоять внешнему сопротивлению;
  - 3) способность поднять большой груз.
3. Переутомление – это?
  - 1) состояние организма, при котором работоспособность человека временно снижена;
  - 2) состояние организма, при котором резко снижается работоспособность, развивается слабость, тахикардия, повышение артериального давления;
  - 3) патологическое состояние организма. Проявляется в виде невроза, нарушения деятельности сердечно-сосудистой системы, ухудшения спортивного результата.
4. Жизненная ёмкость лёгких увеличивается в большей степени при занятиях?
  - 1) баскетболом;
  - 2) греблей;
  - 3) футболом.
5. Циклический вид спорта?
  - 1) спринтерский бег;
  - 2) прыжки в воду;
  - 3) синхронное плавание.
6. Основными показателями физического развития человека являются?
  - 1) показатели здоровья;
  - 2) показатели телосложения;
  - 3) показатели развития физических качеств;
  - 4) все перечисленное.
7. Укажите какое понятие относится к этому определению?  
Собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также межчеловеческие отношения и нормы, ей присущие:
  - 1) спорт;
  - 2) физическая подготовка;
  - 3) физическое образование;
  - 4) физическое совершенство.
8. Занятия физическими упражнениями умеренной интенсивности способствуют улучшению работоспособности?

- 1) да;
  - 2) нет.
9. В положении о проведении спортивных соревнований нет раздела?
- 1) расходы;
  - 2) учебный;
  - 3) участники.
10. Гибкость – это?
- 1) растяжение мышц человека на максимальную длину;
  - 2) способность совершать максимальные по амплитуде движения;
  - 3) способность выполнить «шпагат» и «мостику».
11. С какой периодичностью проводятся летние Олимпийские игры?
- 1) через 2 года;
  - 2) через 1 год;
  - 3) через 4 года.
12. Девиз Олимпийских игр?
- 1) сильные, смелые, ловкие;
  - 2) быстрее, выше, сильнее;
  - 3) быстрота, ловкость, сила.
13. В большей степени общая выносливость необходима при занятиях?
- 1) фехтованием;
  - 2) велоспортом;
  - 3) стрельбой.
14. В какой части занятия используют общеразвивающие упражнения, как средство для разминки?
- 1) в подготовительной;
  - 2) в основной;
  - 3) в заключительной.
15. С высокого старта бегают?
- 1) на короткие дистанции;
  - 2) на средние и длинные дистанции;
  - 3) на короткие и длинные дистанции.
16. Пульсовой режим рациональной тренировочной нагрузки составляет?
- 1) 120 уд/мин.;
  - 2) 160 уд/мин.;
  - 3) 200 уд/мин.
17. Бег на короткие дистанции развивает?
- 1) гибкость;
  - 2) ловкость;
  - 3) быстроту;
  - 4) выносливость.
18. Ударный объём крови во время тренировки на выносливость у спортсмена по сравнению с не спортсменом?
- 1) больше;
  - 2) меньше.
19. Фазы прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»?
- 1) разбег, отталкивание, приземление;
  - 2) разбег, полет, приземление;
  - 3) разбег, отталкивание, полет, приземление;
  - 4) разбег, приземление.
20. К физическим качествам не относится?
- 1) ловкость;
  - 2) смелость;
  - 3) быстрота.

**9.4. Описание экзаменационного билета****9.5. Критерии оценки результатов обучения по дисциплине (модулю), практике, НИР**

Оценка зачтено/ «Отлично» выставляется, если обучающийся демонстрирует системность и глубину знаний, полученных при прохождении практики; стилистически грамотно, логически правильно излагает ответы на вопросы; дает исчерпывающие ответы на дополнительные вопросы преподавателя по темам, предусмотренным программой практики.

Оценка зачтено/«Хорошо» выставляется, если обучающийся демонстрирует достаточную полноту знаний в объеме программы практики, при наличии лишь несущественных неточностей в изложении содержания основных и дополнительных ответов; владеет необходимой для ответа терминологией; недостаточно полно раскрывает сущность вопроса; допускает незначительные ошибки, но исправляется при наводящих вопросах преподавателя.

Оценка зачтено/«Удовлетворительно» выставляется, если обучающийся демонстрирует недостаточно последовательные знания по вопросам программы практики; использует специальную терминологию, но могут быть допущены 1-2 ошибки в определении основных понятий, которые студент затрудняется исправить самостоятельно; способен самостоятельно, но не глубоко, анализировать материал, раскрывает сущность решаемой проблемы только при наводящих вопросах преподавателя.

Оценка не зачтено/ «Неудовлетворительно» выставляется, если обучающийся демонстрирует фрагментарные знания в рамках программы практики; не владеет минимально необходимой терминологией; допускает грубые логические ошибки, отвечая на вопросы преподавателя, которые не может исправить самостоятельно.

ЛИСТ ВНЕСЕНИЯ ДОПОЛНЕНИЯ И/ИЛИ ИЗМЕНЕНИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ  
ПРАКТИКИ Б2.О.05(Пд) Производственная практика (преддипломная)  
(2025 год начала подготовки)

Направление подготовки: Физическая культура

Профиль подготовки: Спортивная тренировка

Форма обучения: заочная

В рабочую программу вносятся следующие дополнения (изменения):

1. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_;

2. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_;

3. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_;

Дополнения (изменения) обсуждены на заседании кафедры спортивных дисциплин

Протокол № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий кафедрой спортивных дисциплин \_\_\_\_\_  
личная подпись

Деркаченко Иван Васильевич

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Заведующий кафедрой спортивных дисциплин \_\_\_\_\_  
личная подпись

Деркаченко Иван Васильевич

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.