

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждения высшего образования «Чурапчинский государственный институт
физической культуры и спорта»

УТВЕРЖДАЮ

Ректор

Готовцев И.И.

2023 г.

Учебная практика
рабочая программа практики

Закреплена за

Учебный план

УОР 1 курс 23-24г.plx
49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Квалификация

Педагог по физической культуре и спорту

Форма обучения

очная

Общая трудоемкость

108 часов

Часов по учебному плану

108

Виды контроля в семестрах:

в том числе:

зачет с оценкой 3

аудиторные занятия

0

Распределение часов практики по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	3(2.1)		Итого	
	УП	РП	УП	РП
Итого ауд.				
Итого			108	108

Разработчик(и):

Рецензент(ы):

Рабочая программа практики
Учебная практика

разработана в соответствии с ФГОС СПО:

Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (уровень подготовки кадров высшей квалификации). (приказ Минобрнауки России от 11.11.2022 г. № 968)

составлена на основании учебного плана:

по специальности 49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

утвержденного Учёным советом ЧГИФКИС от 05.06.2023 протокол № 1.

Рабочая программа одобрена на заседании Педагогического совета

Протокол от №

Срок действия программы: уч.г.

Проректор по УР Коркин Е.В.. _____

1. ЦЕЛИ ПРОХОЖДЕНИЯ ПРАКТИКИ

В результате практики обучающийся должен освоить основной вид деятельности «организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп» и соответствующие ему общие компетенции и профессиональные компетенции.

2. МЕСТО ПРАКТИКИ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:	ПЦ
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Теория и история физической культуры и спорта
2.1.2	Производственная практика
2.1.3	Спортивные игры
2.1.4	Подвижные игры
2.1.5	Организация и проведение физкультурно-спортивной работы
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной практики необходимо как предшествующее:
2.2.1	Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов
2.2.2	Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности
2.2.3	Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности
2.2.4	Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы
2.2.5	Основы спортивной тренировки
2.2.6	Производственная практика
2.2.7	Основы обучения лиц с особыми образовательными потребностями
2.2.8	Преддипломная практика

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОХОЖДЕНИЯ ПРАКТИКИ

В результате прохождения практики обучающийся должен:

4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПРАКТИКИ

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Примечание
	Раздел 1. Раздел 1. Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий.					

1. 1	<p>1. Анализ планов физкультурно-оздоровительных занятий.</p> <p>2. Разработка планов занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик.</p> <p>3. Разработка планов занятий для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы.</p> <p>4. Наблюдение, анализ и самоанализ физкультурно-оздоровительных занятий, разработка предложения по их совершенствованию.</p> <p>5. Проведение занятий (фрагментов) на основе программы, плана по физической подготовке для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик.</p> <p>6. Проведения занятий, мероприятия на основе программы, плана специально организованных физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы.</p> <p>7. Осуществление контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий./СР/</p>	3	18			
	<p>Раздел 2. Раздел 2. Организация и проведение групповых занятий с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса.</p>					

2. 1	<p>1. Анализ планов групповых занятий с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса.</p> <p>2. Разработка планов занятий с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса.</p> <p>3. Наблюдение, анализ и самоанализ занятий с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса, разработка предложения по их совершенствованию.</p> <p>4. Проведение групповых занятий (фрагментов) с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса.</p> <p>5. Осуществление контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий./СР/</p>	3	18			
	Раздел 3. Раздел 3. Организация и проведение занятий по виду спорта (спортивной дисциплине).					
3. 1	<p>1. Анализ планов занятий по виду спорта (спортивной дисциплине).</p> <p>2. Разработка планов занятий занятий по виду спорта (спортивной дисциплине).</p> <p>3. Наблюдение, анализ и самоанализ занятий по виду спорта (спортивной дисциплине).</p> <p>4. Проведение занятий (фрагментов) по виду спорта (спортивной дисциплине).</p> <p>5. Осуществление контроля за физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий./СР/</p>	3	18			
	Раздел 4. Раздел 4. Осуществлять консультирование населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок.					

4.1	<p>1. Разработка рекомендаций по выбору оптимальных нагрузок для населения с учетом интересов, физического состояния и развития, физической подготовленности населения, противопоказаний к определенным видам занятий и силовым нагрузкам.</p> <p>2. Определение содержания и проведение встреч с трудовыми и учебными коллективами, членами общественных организаций для их вовлечение в мероприятия по физическому воспитанию населения;</p> <p>3. Определение содержания и проведение с населением консультаций, бесед, мероприятий, направленных на воспитание ЗОЖ, неприятия вредных привычек, разъяснение вопросов сочетания физических нагрузок и активного отдыха и определения минимального объема двигательной активности.</p> <p>4. Оказание методической помощи в организации деятельности спортивных секций, кружков по месту работы, месту жительства и месту отдыха, в образовательных организациях. /СР/</p>	3	18			
	Раздел 5. Раздел 5. Оказание населению фитнес услуг по индивидуальным программам					
5.1	<p>1. Проведение ознакомительных занятий по фитнесу.</p> <p>2. Составление индивидуальных программ по фитнесу./СР/</p>	3	18			
	Раздел 6. Раздел 6. Организация продвижения фитнес-услуг среди населения					
6.1	<p>1. Подготовка и размещение контента, пропагандирующего занятия фитнесом среди населения, в социальных медиаресурсах и в информационно - телекоммуникационной сети «Интернет».</p> <p>2. Самопрезентация и проведение ознакомительных занятий по фитнесу./СР/</p>	3	18			

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПРАКТИКИ

Прилагается.

5.1. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

1

5.2. Перечень программного обеспечения

5.3. Перечень информационных справочных систем

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРАКТИКИ

7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ПРАКТИКЕ