

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РЯЗАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ С.А. ЕСЕНИНА»

УТВЕРЖДАЮ
Декан факультета
физической культуры и спорта
доцент П.В. Левин



«30» августа 2019 г.

ПРОГРАММА ПРАКТИКИ

ВИД ПРАКТИКИ

УЧЕБНАЯ ПРАКТИКА

ТИП ПРАКТИКИ

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА

МЕТОДИКА ПОДГОТОВКИ В ЛЫЖНОМ СПОРТЕ

Уровень основной профессиональной образовательной программы
бакалавриат

Направление подготовки: **44.03.01 Педагогическое образование**

Профиль: **Физическая культура**

Форма обучения: **заочная**

Срок освоения ООП: **нормативный – 4 года 6 месяцев**

Курс, семестр, трудоёмкость – **2 курс, 3 семестр, 2 недели, 3 зач. ед., 3 курс, 5 семестр, 2 недели, 3 зач. ед.**

Факультет: **физической культуры и спорта**

Кафедра: **Теории и методики физического воспитания и спортивных дисциплин**

Рязань, 2019

1. ВИД (ТИП) ПРАКТИКИ

Учебная практика (технологическая) Методика подготовки в лыжном спорте

2. ЦЕЛЬ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИКИ

Целями проведения практики являются развитие у обучающихся личностных качеств, формирование общепрофессиональных и профессиональных компетенций в соответствии с требованиями ФГОС ВО по данному направлению подготовки, позволяющих выпускнику успешно работать в сфере физической культуры и спорта и быть успешным и востребованным на рынке труда.

3. ФОРМЫ И СПОСОБЫ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИКИ

Дискретно, стационарная.

4. МЕСТО ПРАКТИКИ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО УНИВЕРСИТЕТА

Практика базируется на предметно-методическом модуле и следующих предшествующих дисциплинах: анатомия, основы здорового образа жизни, спортивные сооружения, история физической культуры и спорта, подвижные игры.

Практика является обязательным разделом ОПОП бакалавриата и представляет собой вид учебных занятий, непосредственно ориентированных на профессионально-практическую подготовку обучающихся.

Практика реализуется в рамках Части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 2 Практики – Б2.В.02(У) Учебная практика (технологическая) Методика подготовки в лыжном спорте.

4.1. Перечень планируемых результатов обучения при прохождении практики, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы

Прохождение данной практики направлено на формирование у обучающихся универсальных (УК) компетенций:

№ п/п	Код и содержание компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине В результате изучения дисциплины обучающиеся должны		
			Знать	Уметь	Владеть
1.	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности и для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Осуществляет выбор средств и методов контроля индивидуального физического развития и уровня физической подготовленности.	1. основы техники упражнений в лыжном спорте 2. методику обучения физических упражнений в лыжном спорте. 3. аспекты физкультурно-оздоровительной деятельности	1. проводить анализ методик в лыжном спорте в настоящий период 2. формировать профессиональные задачи и находить пути их решения 3. создавать педагогически целесообразную безопасную образовательную среду	1. формами использования материала для формирования у детей потребности к физкультурно-спортивной деятельности. 2. технологиями, методами, приемами, формами осуществления педагогической деятельности 3. способами реализации проектной и инновационной деятельности
		УК-7.2. Самостоятельно выбирает вид спорта или систему физических упражнений для укрепления здоровья, средствами и методами воспитания прикладных физических и психофизических качеств, необходимых для успешного и эффективного выполнения определенных профессиональных действий	1. историю становления и развития регионального лыжного спорта. 2. современные технологии в области лыжного спорта 3. приемы взаимодействия с различными субъектами педагогического процесса	1. классифицировать направления в лыжном спорте 2. интегрировать методы и средства информации о достижениях физической культуры и спорта 3. применять знания по лыжному спорту на практике	1. теоретическими знаниями и навыками проведения практических занятий 2. приемами агитационно-пропагандистской работы 3. основами речевой профессиональной культуры

4.2. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по практике

Основной формой оценочного средства по практике является отчет (приложение 3). Структура и содержание отчета полностью соответствует структуре и содержанию индивидуального (типового) задания обучающегося по практике.

В комплект оценочных средств также входят:

Индивидуальное задание

Совместный рабочий график (план) проведения практики

Отзыв о прохождении учебной практики (технологическая)

Методика подготовки в лыжном спорте.

5. ОБЪЕМ ПРАКТИКИ В ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦАХ И ЕЕ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ В НЕДЕЛЯХ

Общая трудоемкость практики в 3 семестре составляет: 2 недели, – 3 зачетные единицы – общее количество часов: 108 часов, в 5 семестре - 2 недели, – 3 зачетные единицы – общее количество часов: 108 часов. Общее количество часов 216 часов 6 зачетных единиц.

6. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ

№ п/п	Разделы (этапы) практики	Содержание этапов	Трудоемкость (в часах)		Формы текущего контроля
			Контактная работа	Иные формы	
1	Подготовительный	1.1 Участие в установочной конференции	1		
		1.2 Прохождение инструктажа по охране труда и технике безопасности	0,7		ведомость по технике безопасности
		1.3 Планирование предстоящей работы			Подготовка необходимых документов
2	Основной	2.1 Изучение основ техники и методики обучения классическим способам передвижения. Основ горнолыжной техники			Собеседование
		2.2.Ознакомление с учебной			Подготовка методической

		документацией, регламентирующей процесс проведения уроков по физической культуре в разделе лыжная подготовка			копилки
		2.3 Составление комплекса подводящих упражнений при обучении скользящему шагу, попеременно-двушажному ходу	2,5		Проверка выполнения индивидуальных заданий
		2.4 Реализация программы практики			Оценка руководителей практики
3	Заключительный	3.1. Обработка и анализ информации. Оформление отчётной документации по практике.			Отчет по практике
		3.2 Участие в итоговой конференции, защита отчёта по практике, самооценка	2		Собеседование Отчет по практике
		3.3 Промежуточная аттестация	0,15		Собеседование Отчетная документация

7. ФОРМЫ ОТЧЕТНОСТИ ПО ПРАКТИКЕ

В период прохождения Учебная практика (технологическая) Методика подготовки в лыжном спорте обучающийся поэтапно формирует пакет документов, необходимых для промежуточной аттестации по итогам практики. Данные документы в установленные сроки студент предоставляет на кафедру теории и методики физического воспитания и спортивных дисциплин. Зачет по практике приравнивается к зачетам по теоретическому обучению и учитывается при подведении итогов общей успеваемости обучающихся.

Предусмотрены следующие формы отчетности по учебной практике (ознакомительная):

- индивидуальное задание;
- совместный рабочий график (план) проведения практики;
- комплекса требований по технике безопасности при проведении занятий по лыжной подготовке, представленный в отчете;

- конспект комплекса подводящих упражнений при обучении скользящему шагу, попеременно-двушажному ходу
- отчет.

Индивидуальное задание для обучающегося, которое необходимо выполнить в период практики, разрабатывается руководителем практики от факультета и выдается студенту перед началом практики. В индивидуальном задании конкретизируется содержание деятельности и планируемые результаты. Индивидуальное задание согласуется с руководителем практики от профильной организации. *(Приложение 2.1)*

Рабочий график (план) проведения практики составляется руководителем практики от факультета. В нем отражается перечень запланированных мероприятий, исходя из цели, задач практики и места ее прохождения. Устанавливаются сроки выполнения запланированных мероприятий с указанием конкретных дат. Рабочий график (план) проведения практики согласуется с руководителем практики от профильной организации. *(Приложение 2.3)*

Отчет о прохождении практики *(Приложение 2.2)* должен содержать описание проделанной работы в соответствии с графиком и индивидуальным заданием, а также предложения и впечатления по практике.

8. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ И РЕСУРСОВ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИКИ

8.1 Основная литература

№ п/п	Автор (ы), наименование, вид издания, место издания и издательство, год
1	Теория и методика обучения базовым видам спорта. Лыжный спорт /Под ред. Г.А. Сергеева. - Москва: Академия, 2013. (Высшее профессиональное образование. Бакалавриат)
2	Железняк Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура»: учебное пособие. - М.: Издательский центр «Академия», 2008. - 272 с.
3	Алхасов, Д.С. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам : сборник учебно-методических материалов : в 2 ч. / Д.С. Алхасов. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - Ч. 1. - 227 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-5660-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429260 (04.05.2019).
4	Алхасов, Д.С. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам : сборник учебно-методических материалов : в 2 ч. / Д.С. Алхасов. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - Ч. 2. - 342 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-5661-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429261 (04.05.2019).

8.2 Дополнительная литература

№ п/п	Автор (ы), наименование, вид издания, место издания и издательство, год
1	2
1	Ковровский, В.Ю. Лыжный спорт. Учебное пособие под грифом УМО. – Рязань: РГУ, 2005.
2	Педагогическая практика: от учебной к производственной [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Н. А. Бекланов [и др.] ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Государственное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина», Кафедра педагогики. – Елец : ЕГУ им. И.А. Бунина, 2009. – 119 с. – Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272404 (дата обращения: 29.06.2019).
3	Алхасов, Д.С. Профессиональный модуль. «Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам»: МДК «Методика обучения предмету физическая культура». Раздел : Уроки физической культуры в системе физического воспитания школьников (в таблицах и схемах) : методическое пособие / Д.С. Алхасов. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2014. - 96 с. : ил. - ISBN 978-5-4475-3729-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274974 (04.05.2019).
4	Лыжный спорт: Организация самостоятельной работы студентов : учебно-методическое пособие / сост. В.В. Щанкина ; Ряз. гос. ун-т имени С.А. Есенина. – Рязань, 2016. – 108 с.

8.3 Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы, Интернет-ресурсы

1. Университетская библиотека ONLINE [Электронный ресурс] : электронная библиотека. – Доступ к полным текстам по паролю. – Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red (дата обращения: 29.09.2019).

2. Труды преподавателей [Электронный ресурс]: коллекция // Электронная библиотека Научной библиотеки РГУ имени С. А. Есенина. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа:<http://dspace.rsu.edu.ru/xmlui/handle/123456789/2362> (дата обращения: 29.09.2019).

3. eLIBRARY.RU [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. – Доступ зарегистрированным пользователям по паролю.– Режим доступа:<http://elibrary.ru/defaultx.asp>(дата обращения: 29.09.2019).

4. КиберЛенинка [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. – Режим доступа:<http://cyberleninka.ru, свободный> (дата обращения: 29.09.2019).

5. Научная библиотека РГУ имени С. А. Есенина [Электронный ресурс] : сайт. – Режим доступа: <http://library.rsu.edu.ru>, свободный (дата обращения: 29.09.2019).

6. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов [Электронный ресурс] : федеральный портал. – Режим доступа: <http://school-collection.edu.ru>, свободный (дата обращения: 29.09.2019).
7. Российский общеобразовательный портал [Электронный ресурс] : [образовательный портал]. – Режим доступа: <http://www.school.edu.ru>, свободный (дата обращения: 29.09.2019).
8. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [Электронный ресурс] : Единое окно доступа к образовательным ресурсам. – Режим доступа: <http://fcior.edu.ru/>, свободный (дата обращения: 29.09.2019).
9. Информационно-коммуникационные технологии в образовании [Электронный ресурс] : система федеральных образовательных порталов. - Режим доступа: <http://www.ict.edu.ru>. свободный (дата обращения: 29.09.2019).
10. Журнал «Теория и практика физической культуры» – <http://www.teoriya.ru> (15.09.2019).
11. Журнал «Физическая культура в школе» - <http://www.shkola-press.ru> (15.09.2019).
12. Журнал «Физкультура и спорт» - <http://www.fismag.ru> (15.09.2019).
13. Официальный сайт Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодёжи и туризма - <http://www.sportedu.ru/> (15.09.2019).
14. Внеклассная работа. Воспитательная работа в школе - а/III 26.narod.ru

9. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ

9.1 Информационные технологии

При проведении практики можно использовать следующие информационные технологии:

- использование сервисов электронной почты для обмена оперативной информацией;
- дистанционное консультирование посредством университетской системы e-learn.rsu.edu.ru;
- работа в электронных библиотечных системах;
- мультимедийные презентации проектов, отчетов по практике и др.).

9.2 Требования к программному обеспечению

Название ПО	№ лицензии
MS Windows Professional 7	60816218 договор №Tr000043844 от 22.09.15г.
Kaspersky Endpoint Security	договор №14/03/2018-0142 от 30/03/2018г.
LibreOffice	свободно распространяемая
7-zip	свободно распространяемая
Fast Stone ImageViewer	свободно распространяемая
PDF ридер FoxitReader	свободно распространяемая
VLC media player	свободно распространяемая
ImageBurn	свободно распространяемая
DjVu Browser Plug-in	свободно распространяемая

10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРАКТИКИ

Практика проводится на базе РГУ имени С.А. Есенина обеспечиваются необходимые условия, соответствующие программе практики.

11. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ПРАКТИКИ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Практика для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья проводится с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

Выбор мест прохождения практики для инвалидов и лиц с ОВЗ осуществляется с учетом их доступности для данной категории обучающихся.

12. ИНЫЕ СВЕДЕНИЯ И МАТЕРИАЛЫ

Специфика функциональных обязанностей и требований, которые принимает на себя студент во время прохождения практики:

- соблюдает требований исполнительской, трудовой и технологической дисциплины;
- ознакомлен с законами и иными нормативные правовые акты, регламентирующие образовательную деятельность, локальные акты и организационно-распорядительные документы образовательного учреждения;
- знает правила внутреннего трудового распорядка; правила охраны труда и техники безопасности, обеспечения санитарии и противопожарной защиты.

Приложение
ФОРМЫ ОТЧЕТНОСТИ ПО ПРАКТИКЕ

Приложение 1.

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РЯЗАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ С.А. ЕСЕНИНА»
Факультет **Физической культуры и спорта**
Кафедра **Теории и методики физического воспитания и спортивных дисциплин**
Код, наименование направления и профиля подготовки: **44.03.01 Педагогическое образование** направленность (профиль) подготовки: **Физическая культура**

ИНДИВИДУАЛЬНОЕ ЗАДАНИЕ

- На учебную практику студента _____
(фамилия, имя, отчество)
_____(курс) _____(группа) _____(заочной формы обучения)
2. Срок практики с _____ по _____ Срок сдачи студентом отчета _____
3. Место прохождения практики _____
4. Тип практики Учебная практика (технологическая) Методика подготовки в лыжном спорте

№	Содержание работы	Форма отчетности
1	Составление комплекса требований по технике безопасности при проведении занятий по лажной подготовке	Отчет
2	Ознакомление с учебной документацией, регламентирующей процесс проведения уроков по физической культуре в разделе лыжная подготовка	Собеседование
3	Составление комплекса подводящих упражнений при обучении скользящему шагу, попеременно-двушажному ходу	Конспект
4	Оформление отчета по практике	Отчет

Руководитель практики
от РГУ имени С.А.Есенина _____
Подпись _____ расшифровка подписи _____

Задание принял к исполнению (студент) _____
Подпись _____ расшифровка подписи _____

« ____ » _____ 20 ____ г.

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РЯЗАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ С.А. ЕСЕНИНА»

Факультет **Физической культуры и спорта**

Кафедра **Теории и методики физического воспитания и спортивных дисциплин**

Код, наименование направления и профиля подготовки: **44.03.01 Педагогическое**

образование направленность (профиль) подготовки: **Физическая культура**

СОВМЕСТНЫЙ РАБОЧИЙ ГРАФИК (ПЛАН) ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИКИ

Учебная практика (технологическая) Методика подготовки в лыжном спорте

Студента _____

(фамилия, имя, отчество)

	(курс)	(группа)	(заочной формы обучения)	
№	Этапы практики	Планируемые виды деятельности	Сроки выполнения	Отметка о выполнении
1	Подготовительный	<i>Участие в установочной конференции; ознакомление с рабочей программой практики; изучение методических рекомендаций по практике; согласование индивидуального задания с руководителем практики от университета и от профильной организации; прохождение инструктажа по ознакомлению с требованиями охраны труда, техники безопасности, пожарной безопасности, а также правилами внутреннего трудового распорядка.</i>		<i>Инструктаж по ознакомлению с требованиями охраны труда, техники безопасности, пожарной безопасности, а также правилами внутреннего трудового распорядка прошел.</i> (подпись студента) Выполнено _____ (подпись руководителя практики от РГУ, подпись руководителя практики от профильной организации)
2	Основной	<i>Выполнение индивидуального задания, ежедневная работа по месту практики, мероприятия по сбору материала, заполнение дневника (отчета) по практике; наблюдение и анализ уроков учителя, уроков других студентов с методистом и т.п.</i>		Выполнено _____ (подпись руководителя практики от РГУ, подпись руководителя практики от профильной организации)
3	Заключительный	<i>Подведение итогов и составление отчета: систематизация, анализ, обработка собранного в ходе практики материала, предоставление отчета, публичная защита отчета по практике на итоговой конференции.</i>		Выполнено _____ (подпись руководителя практики от РГУ, подпись руководителя практики от профильной организации)

Руководитель практики
от РГУ имени С.А.Есенина _____

Подпись

расшифровка подписи

ММИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РЯЗАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ С.А. ЕСЕНИНА»

Факультет **Физической культуры и спорта**
Кафедра **Теории и методики физического воспитания и спортивных дисциплин**

**ОТЧЕТ ПО УЧЕБНОЙ ПРАКТИКЕ (ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ)
МЕТОДИКА ПОДГОТОВКИ В ЛЫЖНОМ СПОРТЕ**

Студент(ка) _____
Ф.И.О.

Курс _____ Группа _____

Направление **44.03.01 Педагогическое образование**

Направленность (профиль) **Физическая культура**

Место прохождения практики _____

Сроки прохождения практики

с «__» _____ 20__ г. по «__» _____ 20__ г.

Руководитель практики _____
(Ф.И.О. подпись)

Рязань, 2019

ОТЗЫВ
о прохождении учебной практика (технологическая) Методика подготовки
в лыжном спорте

_____ (Ф.И.О. студента)
в период с _____ по _____ проходил учебную
практика (технологическая) Методика подготовки в лыжном спорте
в _____

_____ (название организации)
За время прохождения практики _____ исполнял обязанности:
_____ (Ф.И.О. студента)

Изучил вопросы / выполнял следующие виды работ:

1. _____
2. _____
3. _____

Приобрел навыки (*обобщенно отражающие планируемые результаты практики*):

1. _____
2. _____
3. _____
- п... _____

Проявил следующие профессиональные и личностные качества:

(добросовестное отношение к делу, дисциплинированность, ответственность, самостоятельность в решении поставленных задач, своевременность и точность выполнения указаний руководителя практики, инициативность, коммуникабельность, творческий подход, организаторские умения и навыки, стремление к овладению новыми знаниями, умениями, а также приемами профессиональной деятельности, способность своевременно реагировать на замечания руководства и устранять недостатки в работе.)

Замечания (*если имеются*):

Практика может быть оценена на _____
(зачет: зачтено, не зачтено; зачет с оценкой:
отлично, хорошо, удовлетворительно,
неудовлетворительно)

Подпись руководителя практики _____
(Ф.И.О. с указанием занимаемой
должности)