



Программа учебной и производственной практики

по профессии 49.02.01 Физическая культура

Тольятти, 2024

УТВЕРЖДЕНА
Приказом директора ГАПОУ КТ и ХО
№ 01-20/205 от 16.04.2024г.

Программа учебной и производственной практики
разработана в соответствии с ФГОССПО по
специальности 49.02.01 Физическая культура

Зам. директора по УПР К.А. Горбунова

РАССМОТРЕНА НА ЗАСЕДАНИИ
методического объединения преподавателей
общеобразовательных дисциплин
протокол №7 от 13.03.2024г .

Руководитель МО: Е.П. Шейкина

Содержание программы учебной и производственной практики разработано на
основании Отчета о результатах согласования ФГОС СПО и требований рынка труда

Составитель: Ф.А.Фролов , преподаватель физического воспитания

Техническая экспертиза: Е.П. Шейкина, руководитель МО преподавателей
общеобразовательных дисциплин

Содержательная экспертиза: С.С. Миронова, преподаватель высшей
квалификационной категории

СОДЕРЖАНИЕ

- 1 Паспорт программы учебной практики и стр. 4
производственной практики
- 2 Учебная практика и производственная практика по стр. 9
профессиональным модулям
- 3 Материально-техническое обеспечение учебной стр. 18
практики и производственной практики

I. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ И ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ

1. Область применения программы:

Программа учебной практики и производственной практики является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура и основных видов деятельности (ВД):

Организация и проведение физкультурно-спортивной работы.

Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности

Организация и проведение физкультурно-оздоровительных, рекреационных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп

2. Цели и задачи учебной практики:

формирование у обучающихся первичных практических умений / опыта деятельности в рамках профессиональных модулей ООП СПО.

Цели и задачи производственной практики:

формирование у обучающихся профессиональных компетенций в условиях реального производства.

3. Требования к результатам учебной практики и производственной практики:

В результате прохождения учебной практики и производственной практики по ВД обучающийся должен освоить:

№п/п	ВД	Профессиональные компетенции
1	2	3
1.	Организация и проведение физкультурно-спортивной работы.	<p>ПК 1.1 Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу.</p> <p>ПК 1.2__Организовывать и проводить мероприятия в сфере молодежной политики, включая досуг и отдых детей, подростков и молодежи, в том числе в специализированных (профильных) лагерях.</p> <p>ПК 1.3 Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия.</p> <p>ПК 1.4 Организовывать деятельность волонтеров в области физической культуры и спорта.</p> <p>ПК 1.5 Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.</p> <p>ПК 1.6 Проводить работу по предотвращению применения допинга.</p>
2.	Методическое обеспечение организации физкультурной спортивной деятельности	<p>ПК 2.1 Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по физической культуре и спорту, физкультурно-спортивной работы.</p> <p>ПК 2.2 Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности специалистов в области физической культуры и спорта.</p> <p>ПК 2.3 Оформлять результаты методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчетов.</p> <p>ПК 2.4 Осуществлять исследовательскую и проектную деятельности в области физической культуры и спорта.</p>

3.	<p>Организация и проведение физкультурно-оздоровительных, рекреационных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп</p>	<p>ПК 3.1 Определять цели и задачи, планировать и анализировать занятия с населением различных возрастных групп. ПК 3.2 Проводить занятия с населением различных возрастных групп. ПК 3.3 Осуществлять контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий. ПК 3.4 Осуществлять консультирование населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок. ПК 3.5 Вести первичную учётно-отчётную документацию, обеспечивающую проведение занятий. ПК 3.6 Осуществлять организацию продвижения и оказания населению фитнес-услуг по индивидуальным программам</p>
----	---	---

Код	Наименование общей компетенции
ОК 1.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;
ОК 02.	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;
ОК 04.	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;
ОК 05.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;
ОК 06.	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;
ОК 08.	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;
ОК 09.	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

4. Форма контроля:

Учебная практика - дифференцированный зачет.

Производственная практика - дифференцированный зачет.

5. Количество часов на освоение программы учебной практики и производственной практики:

Всего 756 часов, в том числе:

В рамках освоения ПМ 01 «Организация и проведение физкультурно-спортивной работы» - 252 часов.

В рамках освоения ПМ 02 «Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности» - 288 часов.

В рамках освоения ПМ 03 - «Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп» - 216 часов.

II. УЧЕБНАЯ ПРАКТИКА И ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ ПРАКТИКА ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНЫМ МОДУЛЯМ

ПМ 01 «Организация и проведение физкультурно-спортивной работы»

1. Результаты освоения программы учебной и производственной практики.

Результатом освоения программы учебной и производственной практики являются сформированные профессиональные компетенции

Код	Наименование профессиональной компетенции
1	2
ПК 1.1.	Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу.
ПК 1.2.	Организовывать и проводить мероприятия в сфере молодежной политики, включая досуг и отдых детей, подростков и молодежи, в том числе в специализированных (профильных) лагерях.
ПК 1.3.	Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия.
ПК 1.4.	Организовывать деятельность волонтеров в области физической культуры и спорта.
ПК 1.5.	Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.
ПК 1.6.	Проводить работу по предотвращению применения допинга.

ПМ 02 «Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности»

1. Результаты освоения программы учебной практики и производственной практики

Результатом освоения программы учебной и производственной практики являются сформированные профессиональные компетенции

Код	Наименование профессиональной компетенции
1	2
ПК 2.1.	Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по физической культуре и спорту, физкультурно-спортивной работы.
ПК 2.2	Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности специалистов в области физической культуры и спорта
ПК 2.3.	Оформлять результаты методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчетов
ПК 2.4.	Осуществлять исследовательскую и проектную деятельности в области физической культуры и спорта

ПМ 03 «Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам по виду спорта с населением различных возрастных групп»

1. Результаты освоения программы учебной и производственной практики

Результатом освоения программы учебной и производственной практики являются сформированные профессиональные компетенции

Код	Наименование профессиональной компетенции
ПК 3.1.	Определять цели и задачи, планировать и анализировать занятия с населением различных возрастных групп.
ПК 3.2.	Проводить занятия с населением различных возрастных групп.
ПК 3.3.	Осуществлять контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий.
ПК 3.4.	Осуществлять консультирование населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок.
ПК 3.5.	Вести первичную учётно-отчётную документацию, обеспечивающую проведение занятий.
ПК 3.6.	Осуществлять организацию продвижения и оказания населению фитнес-услуг по индивидуальным программам

2. Содержание учебной практики и производственной практики (по профилю специальности)

		Учебная практика					Производственная практика (по профилю специальности)					
код ПК	Наименование ПК	Виды работ, обеспечивающих формирование ПК	Объем часов	Формат практики (распределено/концентрировано) с указанием базы практики		Уровень освоения	Показатели освоения ПК	Виды работ, обеспечивающих формирование ПК	Объем часов	Уровень освоения	Формат практики (распределено/концентрировано) с указанием базы практики	Показатели освоения ПК
1	2	3	4	5		6	7	8	9	10	11	12
ПК 1.1	Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу.	Составление план-конспектов физкультурно-спортивных занятий.	12	Распределено	Спортивный зал			Проведение фрагмента физкультурно-спортивного занятия по составленному план-конспекту.	30	2	Распределено, учебное учреждение, спортивная школа	Фрагмент занятия проведен в точности с план-конспектом.

1	2	3	4	5		6	7	8	9	10	11	12
ПК 1.2	Организовывать и проводить мероприятия в сфере молодежной политики, включая досуг и отдых детей, подростков и молодежи, в том числе в специализированных (профильных) лагерях.	Составление плана мероприятий на месяц	12	Распределительно	Учебный кабинет			Проведение подвижных игр по плану мероприятий	30	2	Распределительно, учебное заведение, спортивный зал.	Досуг проведен в точности с планом мероприятий.
ПК 1.3	Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия.	Составление плана физкультурно-оздоровительных мероприятий.	12	Распределительно	Учебный кабинет			Проведение лечебной физической культуры по плану. Физкультурно-оздоровительных мероприятий.	30	2	Распределительно, учебное заведение, спортивный зал.	ЛФК проведен в точности с планом физкультурно-оздоровительных мероприятий.

1	2	3	4	5		6	7	8	9	10	11	12
ПК 1.4	Организовать деятельность волонтеров в области физической культуры и спорта.	Составление плана волонтерской деятельности в соответствии с планом спортивных мероприятий.	12	Распределено	Учебный кабинет			Принятие участие в спортивных мероприятиях в качестве волонтера.	30	2	Распределено, место проведения мероприятия.	Принято участие в спортивном мероприятии в качестве волонтера.
ПК 1.5	Организовать спортивные массовые соревнования и мероприятия по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.	Составление плана проведения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО».	12	Распределено	Учебный кабинет			Подготовить площадку для проведения и провести Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «ГТО»	30	2	Распределено, лёгкоатлетический манеж.	Проведена подготовка к проведению комплекса «ГТО».
ПК 1.6	Проводить работу по предотвращению применения допинга.	Создание проекта на тему антидопинга.	12	Распределено	Учебный кабинет			Представить свой проект по предотвращению применения допинга.	30	2	Распределено, актовый зал.	Подготовлена презентация, буклеты и сцены по теме предотвращения применения допинга.

1	2	3	4	5		6	7	8	9	10	11	12
ПК 2.1	Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по физической культуре и спорту, физкультурно-спортивной работы.	Разработка рабочих программ и календарно-тематических планов.	18	Концентрированный	Учебный кабинет			Проведение занятий по разработанным рабочим программам и календарно-тематическим планам.	54		Распределено, актов зал.	Разработаны и проведены занятия по рабочим программам и календарно-тематическим планам.
ПК 2.2	Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности специалистов в области физической культуры и	Посещение различных лекций и семинаров в области физической культуры и спорта.	18	Концентрированный	Учебный кабинет			Проведение лекций и семинаров по понравившимся темам.	54		Распределено, актов зал.	Систематизирована работа с аудиторией.

1	2	3	4	5		6	7	8	9	10	11	12
	спорта											
ПК 2.3	Оформлять результаты методической и исследовательской деятельности и в виде выступлений, докладов, отчетов	Подготовка презентации и текста выступления для аудитории.	18	Распределено	Учебный кабинет			Выступление для аудитории.	54		Распределено, актовый зал.	Подготовлены методические материалы для выступления перед аудиторией.
ПК 2.4	Осуществлять исследовательскую и проектную деятельность и в области физической культуры и спорта	Создать презентацию, буклеты, речь для выступления с проектом.	18	Распределено	Учебный кабинет			Представление проекта для аудитории.	54		Распределено, актовый зал.	Подготовлены методические материалы и проект для выступления перед аудиторией.
ПК 3.1	Определять цели и задачи, планировать и анализировать занятия с населением различных возрастных групп.	Разработать план конспект подготовительной части для различных возрастных групп	6	Распределено	Учебный кабинет			Провести подготовительную часть занятия для занимающихся различных возрастных групп	36		Распределено, спортивный зал	Подготовительная часть проведена в точности с план конспектом

1	2	3	4	5		6	7	8	9	10	11	12
ПК 3.2	Проводить занятия с населением различных возрастных групп.	Разработать план конспект для различных возрастных групп	6	Распределено	Учебный кабинет			Провести занятие для занимающихся различных возрастных групп	36		Распределено, спортивный зал	Занятие проведено в точности с план конспектом
ПК 3.3	Осуществлять контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий.	Разработать список ОМУ для контроля за двигательной активностью.	6	Распределено	Учебный кабинет			Провести пробы для отслеживания показателей до, во время и после физических нагрузок	36		Распределено, спортивный зал	Осуществлен чёткий контроль за здоровьем занимающихся
ПК 3.4	Осуществлять консультирование населения по вопросам организации и занятий и физических нагрузок.	Создать сайт с рекомендациями и гайдами на тему физических нагрузок	6	Распределено	Кабинет информатики			Создать сайт с рекомендациями и гайдами на тему физических нагрузок	36		Распределено, спортивный зал	Осуществлена работа над взаимодействием с населением.

1	2	3	4	5		6	7	8	9	10	11	12
ПК 3.5	Вести первичную учётно-отчётную документацию, обеспечивающую проведение занятий.	Составление плана конспекта учебно-тренировочного занятия.	6	Рассредоточенно	Спортивный зал			Проведение учебно-тренировочного занятия.	18		Рассредоточено, спортивный зал	Учебно-тренировочное занятие проведено в точности с план конспектом.
ПК 3.6	Осуществлять организацию продвижения и оказания населению фитнес-услуг по индивидуальным программам	Разработать планы конспектов по организацию продвижения и оказания населению фитнес-услуг по индивидуальным программам	6	Рассредоточенно	Спортивный зал			Проведение учебного занятия	18		Рассредоточено, спортивный зал	Оказание фитнес-услуг по индивидуальным программам проведено в точности с план конспектом.

Учебная практика проводится в учебных лабораториях, учебно-производственных мастерских, на учебных полигонах, в учебных хозяйствах, на производственных предприятиях.

Производственная практика может быть организована на базе одного или нескольких производственных предприятий, организаций, учреждений, ресурсных центров профессионального образования (в рамках сетевого взаимодействия), учебно-производственных мастерских УПО (при наличии необходимого для формирования ПК оборудования). ПП проводится концентрировано.

Показатели освоения ПК прописываются в случае отсутствия производственной практики по ПМ.

III. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ И ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ (ПО ПРОФИЛЮ СПЕЦИАЛЬНОСТИ)

Реализация программы учебной практики и производственной практики (по профилю специальности) предполагает наличие спортивного зала, учебного кабинета и кабинета информатики, оснащенного специальным оборудованием.

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- мультимедиапроектор;
- интерактивная доска.

Оборудование спортивного зала:

- Гимнастические маты;
- Высокая и низкая перекладина;
- Коврики для йоги;
- Степ-платформы;
- Мячи баскетбольные, футбольные, волейбольные, гандбольные.
- Стол для тенниса с ракетками и шаром;
- Скакалки;
- Гимнастические палки;
- Баскетбольные кольца;
- Волейбольная сетка;
- Гантели;
- Гири;
- Скамья для жима лёжа;
- Гриф 20кг;
- Гриф 10кг;
- Бины для грифа 2,5кг, 5кг, 10кг, 15кг, 20кг;
- Гимнастические брусья.