

Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный профессионально-педагогический университет»
Университетский колледж

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРАКТИКИ
ПМ.01 «ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ
ЗАНЯТИЙ И РУКОВОДСТВО СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ СПОРТСМЕНОВ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА»
(ПМ.01 Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и
руководство соревновательной деятельностью)

Специальность 49.02.01 Физическая культура

Составитель: преподаватель первой В. М. Филиппов
квалификационной
категории

Проректор по образовательной
деятельности

Л. К. Габышева

Екатеринбург
2024

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ ПМ. 01

1.1 Область применения рабочей программы

Рабочая программа производственной практики ПМ.01 является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом по специальности СПО 49.02.01 «Физическая культура».

1.2. Место производственной практики в структуре основной программы профессионального обучения.

ПП.01.01 относится к профессиональной подготовке и входит в состав профессионального модуля ПМ. 01 «Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта»

1.3. Требования к результатам освоения

В результате прохождения производственной практики обучающийся должен:

уметь:

- использовать различные методы, приемы и формы организации учебно-тренировочных занятий и руководства соревновательной деятельностью спортсменов, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся;

- подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;

- использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств;

- применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности;

- устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися;

- проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях;

- оценивать процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности;
 - использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт в избранном виде спорта при планировании и проведении учебно-тренировочных занятий и в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов;
 - осуществлять судейство в избранном виде спорта при проведении соревнований различного уровня;
- знать:
- историю избранного вида спорта, технику двигательных действий и тактику спортивной деятельности в избранном виде спорта;
 - основы организации соревновательной деятельности систему соревнований в избранном виде спорта;
 - теорию спортивных соревнований, принципы организации соревновательной деятельности и ее структуру, систему соревнований в избранном виде спорта;
 - сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы спортивной тренировки в избранном виде спорта;
 - теоретические и методические основы планирования подготовки спортсменов и учебно-тренировочных занятий в избранном виде спорта;
 - методические основы обучения двигательным действиям и развития физических качеств в избранном виде спорта;
 - организационно-педагогические и психологические основы руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта;
 - теоретические основы и особенности физической, технической, тактической, психологической, интегральной подготовки в избранном виде спорта;
 - систему спортивного отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, критерии и подходы в диагностике спортивной предрасположенности;

- мотивы занятий избранным видом спорта, условия и способы их формирования и развития, формирование состязательной нацеленности и мотивации спортсмена;

- способы и приемы страховки и самостраховки в избранном виде спорта;

- методы и методики педагогического контроля на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по избранному виду спорта;

- виды документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов, требования к ее ведению и оформлению;

- разновидности физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий избранным видом спорта, особенности их эксплуатации;

- технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю в избранном виде спорта.

иметь практический опыт:

анализа и учебно-тематических планов и процесса учебно-тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию;

определения цели и задач, планирования и проведения, учебно-тренировочных занятий;

применения приемов страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений;

проведения оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся избранным видом спорта;

наблюдения, анализа и самоанализа учебно-тренировочных занятий, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;

тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта;

собственного спортивного совершенствования;

ведения документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов;

Освоение ПП.01.01 направлено на формирование части компетенций в соответствии с ФГОС СПО:

ОК 01. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес;

ОК 02. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество;

ОК 03 Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях;

ОК 04 Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития

ОК 05 Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности

ОК 06. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами;

ОК 07. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;

ОК 08 Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации;

ОК 09 Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий;

ОК 10 Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся;

ОК 11 Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих;

ОК 12 Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно- спортивной деятельности.

- ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно- тренировочные занятия.
- ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия
- ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.
- ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях
- ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью
- ПК 1.6. Проводить работу по предотвращению применения допинга.
- ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию
- ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения
- ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности
- ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно- спортивные мероприятия и занятия
- ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий
- ПК 2.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.
- ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ

2.1. Объем производственной практики и виды работ.

Виды учебной практики	Объем часов
1.Максимальная учебная нагрузка (всего)	144
В том числе:	
1.1 практические занятия	144
Промежуточная аттестация в форме Дифференцированный зачет в 6 семестре	

2.2. Содержание практики определено цикловой комиссией специальности 49.02.01 Физическая культура в соответствии с требованиями ФГОС СПО, содержанием ОПОП СПО и планируемыми результатами обучения при прохождении практики.

2.2 Тематический план и содержание производственной практики ПП.01.01

Наименование разделов и тем	Содержание практики	Объем часов
1	2	3
Раздел 1.	Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов.	
Тема 1.1 Введение	Содержание учебного материала: Ознакомление обучающихся с целью, задачами учебной практики, нормативными документами.	3
Тема 1.2 Меры безопасности и профилактика травматизма.	Содержание учебного материала: Разбор основных положений инструкции по технике безопасности при занятиях ИВС. Организация и проведение инструктажа по технике безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий. Анализ и решение проблемных ситуаций.	6
Тема 1.3 Спортивные сооружения и материально-техническое обеспечение.	Содержание учебного материала: Требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю. Использование стандартного и нестандартного инвентаря и оборудования. Правила эксплуатации.	6
Тема 1.4 Основы спортивной тренировки.	Содержание учебного материала: Определение цели и задач учебно-тренировочных занятий. Выбор средств и методов спортивной тренировки в зависимости от конкретных целей и задач. Проведение тренировочных занятий. Значение пульсометрии. Методика ее проведения. Оценка состояния спортивной формы на основе данных педагогического и врачебного контроля.	21

	Сбор информации по заданной тематике. Поиск и решение проблемных ситуаций. Самостоятельные тренировочные занятия.	
Тема 1.5 Основы техники ИВС	Содержание учебного материала: Задачи, средства технической подготовки. Общая и специальная техническая подготовка. Особенности специальной технической подготовки в различных периодах макроцикла. Совершенствование техники по ИВС. Составление и запись комплексов упражнений и тренировочных заданий. Самостоятельные тренировочные занятия.	6
Тема 1.6 Основы обучения технике	Содержание учебного материала: Разбор методики обучения технике двигательного действия. Подготовка и проведение фрагмента УТЗ с задачей: обучение отдельному способу двигательного действия (по заданию преподавателя). Самоанализ и анализ проведенного фрагмента УТЗ. Разбор и обсуждение типичных ошибок, допускаемых занимающимися в процессе обучения технике. Разбор и обсуждение индивидуальных ошибок, допускаемых занимающимися, в процессе обучения технике Подготовка и проведение фрагмента УТЗ с задачей: обучение отдельному способу двигательного действия (по заданию преподавателя). Самоанализ и анализ проведенного УТЗ. Сбор информации по заданной тематике. Поиск и решение проблемных ситуаций. Самостоятельные тренировочные занятия.	21
Тема 1.7 Физическая подготовка в ИВС.	Содержание учебного материала: Разбор и запись комплексов упражнений для развития физических качеств с учетом вида спорта и подготовленности спортсменов. Составление и запись тренировочных заданий. Разбор и запись комплексов упражнений для развития физических качеств с учетом вида спорта и подготовленности спортсменов. Сбор информации по заданной тематике. Поиск и решение проблемных ситуаций. Самостоятельные тренировочные занятия	21

<p>Тема 1.8 Тактическая подготовка в ИВС.</p>	<p>Содержание учебного материала: Использование тактики, тактического мышления в ИВС Общая и специальная тактическая подготовка. Тактическое мышление. Средства и методы развития и совершенствования тактического мышления. Составление тактических планов для выступления в соревнованиях. Контроль за уровнем тактической подготовленности в ИВС. Сбор информации по заданной тематике. Поиск и решение проблемных ситуаций. Самостоятельные тренировочные занятия.</p>	<p>9</p>
<p>Тема 1.9 Психологическая подготовка в ИВС</p>	<p>Содержание учебного материала: Оценка и самооценка предстартового состояния спортсмена. Способы регуляции и саморегуляции предстартового состояния спортсмена. Разработка анкеты для выявления мотивов (уровня мотивации) занятий ИВС Разработка рекомендаций по формированию мотивации и состязательной нацеленности спортсмена. Оценка состояния психической готовности спортсменов к соревнованиям. Сбор информации по заданной тематике Самостоятельные тренировочные занятия.</p>	<p>6</p>
<p>Тема 1.10 Организация и методика проведения учебно-тренировочных занятий.</p>	<p>Содержание учебного материала: Разбор структуры и содержания учебно-тренировочного занятия на основе примерного плана-конспекта. Разработка фрагмента конспекта УТЗ в соответствии с задачей УТЗ. Проведения учебно-тренировочных занятий Анализ содержания плана-конспекта УТЗ. Сбор информации по заданной тематике</p>	<p>18</p>
<p>Тема 1.11 Планирование, контроль и учет подготовки спортсменов.</p>	<p>Содержание учебного материала: Дневник самоконтроля. Правила заполнения. Анализ данных дневника самоконтроля на конкретном примере. Разбор и анализ микроциклов разных типов. Составление примерных планов микроциклов Составление отчета спортсмена о тренировочной и соревновательной деятельности за определенный период. Составление примерного плана на макроцикл. Заполнение тренером журнала учета УТЗ.</p>	<p>9</p>

	Написание отчетов по результатам проведения педагогического контроля. Сбор информации по заданной тематике	
Тема 1.12 Спортивный отбор в ИВС.	Содержание учебного материала: Разбор примерных диагностических карт. Диагностика спортивной предрасположенности. Организация и проведение тестирования (контрольных испытаний). Принятие решения по результатам тестирования. Диагностика спортивной предрасположенности. Разработка конспектов (или фрагментов), планов учебно-тренировочных занятий и учебно-тренировочного процесса.	6
Тема 1.13 Спортивное совершенствование в ИВС	Содержание учебного материала: Разбор структуры и содержания учебно-тренировочного занятия, направленного на спортивное совершенствование в ИВС	3
Тема 1.14 Основы занятий фитнесом	Содержание учебного материала: Разбор структуры и содержания учебно-тренировочного занятия фитнесом. Проведение учебно-тренировочных занятий.	3
	Оформление отчета практики	6
	ИТОГО:	144

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ требует наличия

Базы прохождения практики. Учебного кабинета «Методическое обеспечение организации физкультурно-спортивной деятельности», спортивного зала, стадиона (корта).

Оборудование учебного кабинета (спортивного зала):

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- спортивное оборудование, спортивный инвентарь

Технические средства обучения:

- ПК с доступом к сети Интернет;
- программное обеспечение общего и профессионального назначения;
- комплекс учебно-методической документации.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Аверьянов, И. В. Технология спортивной тренировки в избранном виде спорта: игровые виды спорта : электронное пособие — / И. В. Аверьянов, Ю. Н. Эртман, В. А. Блинов. Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 96 с. — ISBN 978-5-91930-129-5. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/95615.html>

Дополнительные источники:

1. Мельникова, Ю. А. Технология планирования образовательного и тренировочного процесса по физической культуре и спорту в системе дополнительного образования : учебно-методическое пособие / Ю. А. Мельникова, К. В. Мельников. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. — 160 с. — ISBN 978-5-

91930-146-2. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система
IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/109707.html>

Интернет-ресурсы:

1. Муниципальное объединение библиотек Екатеринбурга . Режим доступа:
<http://моб.екатеринбург.рф>
2. Научная электронная библиотека . Режим доступа:
<http://elibrary.ru/defaultx.asp>
3. Российская государственная библиотека . Режим доступа: <https://www.rsl.ru/>