

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования "Российский государственный профессионально-  
педагогический университет"

Институт физической культуры, спорта и здоровья

Кафедра теории и методики физической культуры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРАКТИКИ

**Б2.О.03(П) НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА**

Направление подготовки: 44.03.04 Профессиональное обучение (по отраслям)

Профиль подготовки: Современные фитнес-технологии

Формы обучения: очная, заочная

Квалификация (степень) выпускника: Бакалавр

Объем: в зачетных единицах: 6 з.е.  
в академических часах: 216 ак.ч.

Проректор  
по образовательной  
деятельности

Л. К. Габышева

**Разработчики:**

Доцент кафедры теории и методики физической культуры,  
кандидат педагогических наук, доцент Кетриш Е. В.  
Заведующий кафедрой теорий и методик физической  
культуры, кандидат педагогических наук, доцент  
Андрюхина Т. В.

## 1. Цель и задачи практики

Цель практики - овладение студентами-бакалаврами научно-исследовательскими и методическими видами профессиональной деятельности, позволяющими осуществлять научное и методическое сопровождение педагогического процесса в различных образовательных организациях, в том числе в организациях физкультурно-спортивной направленности.

Задачи практики:

- сформировать комплексное представление о специфике научно-исследовательской и методической деятельности по направлению подготовки;
- овладеть средствами и методами проведения и организации научно-исследовательской деятельности, соответствующей профилю образовательной программы;
- развить способности обработки полученных эмпирических данных, их интерпретации с использованием современных технологий;
- сформировать умения в изложении и оформлении результатов проведенного исследования, ведения научной дискуссии по направлениям исследования;
- подготовить студента-бакалавра к защите выпускной квалификационной работы с умением обоснования ее практической и теоретической значимости в решении профессиональных задач.

## 2. Перечень планируемых результатов обучения при прохождении практики, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Данный вид практики направлен на формирование у обучающихся следующих компетенций:

УК-1 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач

УК-1.1 Демонстрирует знание особенностей системного и критического мышления, аргументированно формирует собственное суждение и оценку информации, принимает обоснованное решение

*Знать:*

УК-1.1/Зн1 Принципы работы с источниками информации

*Уметь:*

УК-1.1/Ум1 Применять понятийно-категориальный аппарат в профессиональной деятельности

*Владеть:*

УК-1.1/Нв1 Навыками математической обработки и анализа данных

УК-1.2 Применяет логические формы и процедуры, способен к рефлексии по поводу собственной и чужой мыслительной деятельности

*Знать:*

УК-1.2/Зн1 Основные этапы развития логики, основные законы и теории логики,

логические операции, законы и принципы познания

*Уметь:*

УК-1.2/Ум1 Работать с разноплановыми источниками, критически их осмысливать, руководствуясь принципами объективности и историзма

*Владеть:*

УК-1.2/Нв1 Приемами рефлексии по поводу собственной и чужой мыслительной деятельности

УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений

УК-2.1 Определяет совокупность взаимосвязанных задач и ресурсное обеспечение, условия достижения поставленной цели, исходя из действующих правовых норм

*Знать:*

УК-2.1/Зн1 Основные положения теории государства и права, законодательные и нормативные документы; основные этические ограничения, принятые в обществе

УК-2.1/Зн2 Основные понятия, методы выработки, принятия и обоснования решений задач в рамках поставленной цели, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений

УК-2.1/Зн3 Методы выбора оптимального решения задач

УК-2.3 Использует инструменты и техники цифрового моделирования для реализации процессов в области (областях) и сфере (сферах) профессиональной деятельности

*Знать:*

УК-2.3/Зн1 Основы организации процессов в области (областях) и сфере (сферах) профессиональной деятельности

УК-2.3/Зн2 Технологии и методы использования информационно-коммуникационных и цифровых технологий в области (областях) и сфере (сферах) профессиональной деятельности

*Уметь:*

УК-2.3/Ум1 Исследовать реальные объекты, явления, процессы, устройства, системы и др. сферы профессиональной деятельности посредством цифрового моделирования

УК-2.3/Ум2 Выбирать и использовать технологии цифрового моделирования в соответствии со сферой профессиональной деятельности

*Владеть:*

УК-2.3/Нв1 Тинструментами и техниками цифрового моделирования процессов в сфере профессиональной деятельности и их элементов

УК-2.3/Нв2 Приемами работы в цифровой среде, в том числе во взаимодействии с другими участниками проектной и исследовательской деятельности

ПК-2 Способен разрабатывать, обновлять программное и учебно-методическое обеспечение учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практик и планировать занятия

ПК-2.1 Разрабатывает рабочие программы по учебным предметам, курсам, дисциплинам (модулям), практикам для среднего профессионального образования, профессионального обучения и дополнительного профессионального образования

*Знать:*

ПК-2.1/Зн1 Содержание и методика реализации дополнительных программ, в том числе современные методы, формы, способы и приемы обучения и воспитания

ПК-2.1/Зн2 Теория и практика среднего профессионального образования, профессионального обучения и (или) дополнительного профессионального образования по соответствующим направлениям подготовки, специальностям, профессиям и (или) видам профессиональной деятельности, в том числе научные исследования и опыт

ПК-2.1/Зн3 Основные технические средства обучения, включая ИКТ, возможности их использования на занятиях и условия выбора в соответствии с целями и направленностью образовательной программы (занятия)

ПК-2.1/Зн4 Требования федеральных государственных образовательных стандартов среднего профессионального образования, содержание примерных (типовых) программ

ПК-2.1/Зн5 Основные характеристики, методы педагогической диагностики и развития ценностно-смысловой, эмоционально-волевой, потребностно-мотивационной, интеллектуальной, коммуникативной сфер обучающихся различного возраста

ПК-2.1/Зн6 Требования профессиональных стандартов по соответствующему виду профессиональной деятельности

ПК-2.1/Зн7 Специальные условия, необходимые для дополнительного образования лиц с ограниченными возможностями здоровья, специфика инклюзивного подхода в образовании (при их реализации)

ПК-2.1/Зн8 Требования к учебно-методическому обеспечению учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) программ среднего профессионального образования, профессионального обучения и (или) дополнительных профессиональных программ, методические основы его разработки

ПК-2.1/Зн9 Современное состояние области науки и (или) профессиональной деятельности, соответствующей преподаваемым учебным предметам, курсам, дисциплинам (модулям), практикам

ПК-2.1/Зн10 Структуру общих и профессиональных компетенций, формируемых

в процессе обучения и воспитания рабочих (специалистов), а также характеристики воспитательных отношений: ценности, культуру обучающихся

ПК-2.1/Зн11 Законодательство Российской Федерации в сфере образования и законодательство Российской Федерации в области персональных данных

ПК-2.1/Зн12 Локальные нормативные акты, регламентирующие организацию образовательного процесса, разработку программно-методического обеспечения, ведение и порядок доступа к учебной и иной документации, в том числе документации, содержащей персональные данные

ПК-2.1/Зн13 Возможности использования ИКТ для ведения документации

ПК-2.1/Зн14 Правила заполнения и совместного использования электронных баз данных, содержащих информацию об участниках образовательного процесса и порядке его реализации, создания установленных форм и бланков для предоставления сведений уполномоченным должностным лицам

*Уметь:*

ПК-2.1/Ум1 Находить, анализировать возможности использования и использовать источники необходимой для планирования профессиональной информации (включая методическую литературу, электронные образовательные ресурсы)

ПК-2.1/Ум2 Анализировать примерные (типовые) программы (при наличии), оценивать и выбирать учебники, учебные и учебно-методические пособия, электронные образовательные ресурсы и иные материалы по учебным предметам, курсам, дисциплинам (модулям) среднего профессионального образования, профессионального обучения и (или) дополнительных профессиональных программ

ПК-2.1/Ум3 Разрабатывать и обновлять рабочие программы по учебным предметам, курсам, дисциплинам (модулям), для среднего профессионального образования, профессионального обучения и (или) дополнительных профессиональных программ

ПК-2.1/Ум4 Разрабатывать и обновлять основные программы профессионального обучения и (или) рабочие программы учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) основных программ профессионального обучения, обеспечивающих практическую подготовку, и (или) программ практики, обеспечивающей освоение квалификации рабочего, служащего, основных профессиональных образовательных программ

*Владеть:*

ПК-2.1/Нв1 Методикой создания учебно-программной документации

ПК-2.1/Нв2 Приемами работы в информационных системах по проектированию учебно-программной документации

ПК-ПЗ Способен разрабатывать индивидуальные программы занятий фитнесом

## ПК-ПЗ.1 Разработка индивидуальных программ занятий фитнесом

*Знать:*

ПК-ПЗ.1/Зн1 Медико-биологические основы фитнеса

ПК-ПЗ.1/Зн2 Физиология человека

ПК-ПЗ.1/Зн3 Теория и методика спортивной тренировки

ПК-ПЗ.1/Зн4 Методика восстановительной фитнес-тренировки

ПК-ПЗ.1/Зн5 Возрастные особенности человека

ПК-ПЗ.1/Зн6 Противопоказания к занятиям физической культурой и/или по направлениям / видам фитнеса

ПК-ПЗ.1/Зн7 Функциональная анатомия человека

ПК-ПЗ.1/Зн8 Основы биомеханики движений человека и кинезиологии

ПК-ПЗ.1/Зн9 Факторы риска занятий фитнесом для населения и стандартные методики их выявления

ПК-ПЗ.1/Зн10 Методика фитнес-тестирования и технологии интерпретации его результатов

ПК-ПЗ.1/Зн11 Классификация фитнес-технологий и их применение для разработки индивидуальных программ

ПК-ПЗ.1/Зн12 Классификация и состав физических упражнений по целевому и анатомическому принципу

ПК-ПЗ.1/Зн13 Общие принципы компоновки и комбинации физических упражнений в фитнесе и сочетания физических упражнений в фитнесе с другими видами оздоровительных занятий

ПК-ПЗ.1/Зн14 Классификация и принципы комбинирования аэробных, анаэробных, функциональных упражнений в фитнесе

ПК-ПЗ.1/Зн15 Оценочные показатели адаптации организма человека к разным уровням интенсивности аэробного, анаэробного, функционального тренинга

ПК-ПЗ.1/Зн16 Методы и принципы планирования индивидуальных программ

ПК-ПЗ.1/Зн17 Спортивное снаряжение, инвентарь и экипировка в фитнесе

ПК-ПЗ.1/Зн18 Виды тренажерных устройств и специализированного оборудования в фитнесе, их классификация и принципы работы

ПК-ПЗ.1/Зн19 Методика подбора упражнений, видов фитнес-тренировок в соответствии с анатомо-физиологическими особенностями человека

ПК-ПЗ.1/Зн20 Методики силовых, интервальных, круговых, функциональных

тренировок, тренировок для развития ловкости, равновесия, координации, гибкости, функционального тренинга

ПК-ПЗ.1/Зн21 Аэробный и анаэробный режимы

ПК-ПЗ.1/Зн22 Виды активного отдыха в фитнесе

*Уметь:*

ПК-ПЗ.1/Ум1 Выявлять и ранжировать факторы мотивации для постановки достижимых целей лично ориентированной двигательной активности человека

ПК-ПЗ.1/Ум2 Использовать и интерпретировать данные о возрасте, вредных привычках, образе жизни, исходной физической активности для оценки факторов риска населения

ПК-ПЗ.1/Ум3 Применять методы и технологию фитнес-тестирования населения

ПК-ПЗ.1/Ум4 Интерпретировать данные предварительного фитнес-тестирования с использованием системы контрольных показателей и стандартных результатов и оценивать первоначальное физическое состояние человека по компонентам фитнеса

ПК-ПЗ.1/Ум5 Применять фитнес-технологии для планирования индивидуальных программ

ПК-ПЗ.1/Ум6 Анализировать целевую направленность, специфику задач и применять для населения средства аэробного, анаэробного, функционального тренинга

ПК-ПЗ.1/Ум7 Использовать методы индивидуализации занятий фитнесом, программирования и планирования фитнес-тренировок с последовательным решением задач физического совершенствования человека по фазам фитнес-тренировок

ПК-ПЗ.1/Ум8 Использовать принцип регламентации нагрузок и адекватности их применения

ПК-ПЗ.1/Ум9 Дозировать физическую нагрузку и применять методы ее последовательного изменения по фазам фитнес-тренировок

ПК-ПЗ.1/Ум10 Подбирать физические упражнения для сбалансированного развития мышечных групп и систем организма человека

ПК-ПЗ.1/Ум11 Учитывать обстоятельства обратимости (снижения) результатов при планировании индивидуальных фитнес-тренировок

ПК-ПЗ.1/Ум12 Планировать занятия по фитнесу на основе баланса результативности занятий и их безопасности для человека

*Владеть:*



ПК-ПЗ.1/Нв1 Контроль медицинского допуска населения к занятиям фитнесом

ПК-ПЗ.1/Нв2 Анкетирование населения для выявления индивидуальных потребностей в области физического развития и факторов мотивации личносно ориентированной двигательной активности

ПК-ПЗ.1/Нв3 Определение факторов риска населения на основе данных о возрасте населения, вредных привычках, образе жизни, исходной физической активности

ПК-ПЗ.1/Нв4 Предварительное определение физического состояния населения методами фитнес-тестирования

ПК-ПЗ.1/Нв5 Определение системы приоритетов для населения по компонентам фитнеса на основе анализа и обработки результатов предварительного фитнес-тестирования

ПК-ПЗ.1/Нв6 Определение достижимых и измеримых целей и планирование результатов индивидуальных программ

ПК-ПЗ.1/Нв7 Подбор и дозировка упражнений на основе оценки уровня риска и данных предварительного фитнес-тестирования населения

ПК-ПЗ.1/Нв8 Составление индивидуальных программ населению, в том числе с разработкой частоты, интенсивности, продолжительности, вида и структуры занятий, включая использование фитнес-технологий и принципа периодизации по фазам фитнес-тренировок:- коррекция мышечных, суставных, нервных и биохимических функциональных нарушений;- развитие выносливости и функционального диапазона движений;- базовое развитие мышечной системы;- развитие диапазона движений, стабильности, эластичности, мощности и функциональной силы;- развитие подвижности и физическое развитие, адаптированное к образу жизни;- направленное атлетическое развитие

ПК-ПЗ.1/Нв9 Разработка программ для самостоятельных занятий по фитнесу

ПК-ПЗ.1/Нв10 Календарное планирование индивидуальных программ с применением принципа периодизации по фазам фитнес-тренировок

ПК-ПЗ.2 Организация и проведение исследований рынка услуг дополнительного образования детей и взрослых

*Знать:*

ПК-ПЗ.2/Зн1 Законодательство Российской Федерации в сфере образования, нормативные правовые акты субъектов Российской Федерации в сфере образования и законодательство Российской Федерации в области персональных данных

ПК-ПЗ.2/Зн2 Теория и практика маркетинговых исследований в образовании

ПК-ПЗ.2/Зн3 Методические основы маркетинговых исследований в образовании

ПК-ПЗ.2/Зн4 Тенденции развития дополнительного образования детей и взрослых

ПК-ПЗ.2/Зн5 Психолого-педагогические и организационно-методические основы организации образовательного процесса по дополнительным образовательным программам

ПК-ПЗ.2/Зн6 Современные образовательные технологии дополнительного образования детей и взрослых

*Уметь:*

ПК-ПЗ.2/Ум1 Формулировать и обсуждать с руководством организации и специалистами задачи, концепцию и методы исследования рынка услуг дополнительного образования детей и взрослых (далее - исследование), ресурсы, необходимые для его проведения, и источники их привлечения

ПК-ПЗ.2/Ум2 Формировать план выборки, разрабатывать самостоятельно или с участием специалистов инструментарий исследования

ПК-ПЗ.2/Ум3 Обеспечивать оптимизацию затрат на проведение исследования

ПК-ПЗ.2/Ум4 Организовывать апробацию разработанного инструментария исследования

ПК-ПЗ.2/Ум5 Распределять обязанности между специалистами, обучать использованию инструментария исследования, обеспечивать координацию их деятельности и выполнение программы исследования

ПК-ПЗ.2/Ум6 Использовать инструментарий исследования, различные формы и средства взаимодействия с респондентами

ПК-ПЗ.2/Ум7 Производить первичную обработку результатов исследования и консультировать специалистов по ее проведению

ПК-ПЗ.2/Ум8 Обрабатывать, анализировать и интерпретировать результаты изучения рынка услуг дополнительного образования детей и взрослых, привлекать к работе экспертов, организовывать обсуждение результатов анализа

ПК-ПЗ.2/Ум9 Разрабатывать и представлять руководству организации и педагогическому коллективу предложения по определению перечня, содержания дополнительных общеобразовательных программ, продвижению услуг дополнительного образования организации, осуществляющей образовательную деятельность

ПК-ПЗ.2/Ум10 Обрабатывать персональные данные с соблюдением требований, установленных законодательством Российской Федерации

*Владеть:*

ПК-ПЗ.2/Нв1 Организация разработки и (или) разработка программ и инструментария изучения рынка услуг дополнительного образования детей и взрослых

ПК-ПЗ.2/Нв2 Организация и (или) проведение изучения рынка услуг

дополнительного образования детей и взрослых

ПК-ПЗ.2/НвЗ Формирование предложений по определению перечня, содержания дополнительных образовательных программ, условий их реализации, продвижению услуг дополнительного образования, организации на основе изучения рынка услуг дополнительного образования детей и взрослых

### **3. Вид практики, способ и формы ее проведения**

Вид практики - Производственная практика.

Тип практики - Научно-исследовательская работа.

Способ проведения практики - Стационарная.

Форма проведения практики - Дискретная.

Практика проводится без отрыва от аудиторных занятий.

### **4. Место практики в структуре образовательной программы**

Производственная практика Б2.О.03(П) «Научно-исследовательская работа» относится к обязательной части образовательной программы и проводится в семестре(ах): очная форма обучения - 8, заочная форма обучения - 14.

Практика базируется на знаниях, полученных при изучении предшествующих дисциплин и практик, указанных ниже.

Предшествующие дисциплины (практики) по связям компетенций:

- Б1.В.ДВ.04.01 Бизнес-планирование в фитнес-индустрии;
- Б1.О.04.01 Возрастная физиология и психофизиология;
- Б1.О.05.05 Информационные технологии в профессионально-педагогической деятельности;
- Б1.О.07 М 7. Модуль "Предметно-деятельностный (по отраслям)";
- Б1.О.08 М 8. Модуль "Углубленная отраслевая подготовка";
- Б1.О.01 М1. Модуль "Социально-гуманитарная культура";
- Б1.О.02 М2. Модуль "Информационно-коммуникационная культура";
- Б1.О.04 М4. Модуль "Психолого-педагогический";
- Б1.О.05 М5. Модуль "Профессионально-педагогический";
- Б1.О.06 М6. Модуль "Предметно-содержательный (по отраслям)";
- Б1.О.07.01 Медико-биологические основы физической культуры и спорта;
- Б1.О.05.03 Методика профессионального обучения;
- Б1.О.07.02 Методики фитнес-тестирования;
- Б1.В.ДВ.06.02 Методы обучения и развития персонала в фитнес-центрах;
- Б1.О.06.07 Оборудование и инвентарь в фитнес индустрии;
- Б2.О.01(У) Ознакомительная практика;

Б2.В.01(У) Организационная практика;

- Б1.В.ДВ.05.01 Организационно-методические особенности занятий в тренажерном зале;
- Б1.В.ДВ.02.01 Организация досуговых и спортивно-массовых мероприятий;
- Б1.В.ДВ.03.01 Организация обслуживания в фитнес-центрах;
- Б1.В.ДВ.01.02 Основы валеологии;
- Б1.В.ДВ.01.01 Основы здоровьесбережения;
- Б1.О.06.05 Основы маркетинга в фитнес-индустрии;
- Б1.О.06.02 Основы менеджмента в фитнес-индустрии;
- Б1.В.ДВ.05.02 Особенности разработки программ по фитнесу;
- Б1.О.04.03 Педагогика;
- Б1.О.05.01 Педагогика профессионального образования;
- Б2.О.02(П) Педагогическая практика;
- Б1.О.07.04 Принципы и методы планирования индивидуальных программ в фитнесе;
- Б2.В.02(П) Профессионально-квалификационная практика;
- Б1.О.04.02 Психология;
- ФТД.06 Психология и физиология адаптивного поведения;
- Б1.В.ДВ.06.01 Психотехники работы с клиентами в фитнес-центрах;
- ФТД.04 Работа с документами по продвижению фитнес-услуг;
- Б1.О.06.04 Реклама и связи с общественностью в фитнес-индустрии;
- Б1.В.ДВ.03.02 Сервис в спортивно-оздоровительных центрах;
- Б1.О.06.03 Системы фитнеса и его компоненты;
- Б1.О.08.01 Современные фитнес-технологии;
- Б1.О.06.01 Теория физической культуры и спорта;
- Б1.В.ДВ.02.02 Теория и методика культурно-досуговых мероприятий;
- Б1.О.08.02 Теория и методика обучения базовым видам спорта;
- Б1.О.07.03 Теория и методика спортивной тренировки;
- ФТД.05 Технологии продвижения фитнес-услуг населению;
- Б1.О.02.03 Технологии работы с информацией;
- Б1.В.ДВ.04.02 Управление в сфере фитнеса;
- Б1.О.01.01 Философия;
- Б1.О.06.06 Экономика и предпринимательство в фитнес-индустрии;
- Б1.О.01.05 Экономика и управление.

Б2.В.01(У) Организационная практика;

- Б1.В.ДВ.05.01 Организационно-методические особенности занятий в тренажерном зале;
- Б1.В.ДВ.02.01 Организация досуговых и спортивно-массовых мероприятий;
- Б1.В.ДВ.03.01 Организация обслуживания в фитнес-центрах;
- Б1.В.ДВ.01.02 Основы валеологии;
- Б1.В.ДВ.01.01 Основы здоровьесбережения;
- Б1.О.06.05 Основы маркетинга в фитнес-индустрии;
- Б1.О.06.02 Основы менеджмента в фитнес-индустрии;
- Б1.В.ДВ.05.02 Особенности разработки программ по фитнесу;
- Б1.О.04.03 Педагогика;
- Б1.О.05.01 Педагогика профессионального образования;
- Б2.О.02(П) Педагогическая практика;
- Б1.О.07.04 Принципы и методы планирования индивидуальных программ в фитнесе;
- Б2.В.02(П) Профессионально-квалификационная практика;
- Б1.О.04.02 Психология;
- ФТД.06 Психология и физиология адаптивного поведения;
- Б1.В.ДВ.06.01 Психотехники работы с клиентами в фитнес-центрах;
- ФТД.04 Работа с документами по продвижению фитнес-услуг;
- Б1.О.06.04 Реклама и связи с общественностью в фитнес-индустрии;
- Б1.В.ДВ.03.02 Сервис в спортивно-оздоровительных центрах;
- Б1.О.06.03 Системы фитнеса и его компоненты;

Б1.О.08.01 Современные фитнес-технологии;  
 Б1.О.06.01 Теория физической культуры и спорта;  
 Б1.В.ДВ.02.02 Теория и методика культурно-досуговых мероприятий;  
 Б1.О.08.02 Теория и методика обучения базовым видам спорта;  
 Б1.О.07.03 Теория и методика спортивной тренировки;  
 ФТД.05 Технологии продвижения фитнес-услуг населению;  
 Б1.О.02.03 Технологии работы с информацией;  
 Б1.В.ДВ.04.02 Управление в сфере фитнеса;  
 Б1.О.01.01 Философия;  
 Б1.О.06.06 Экономика и предпринимательство в фитнес-индустрии;  
 Б1.О.01.05 Экономика и управление.

Приобретенные умения и опыт необходимы для освоения последующих дисциплин, практик предусмотренных учебным планом, указанных ниже.

Последующие дисциплины (практики) по связям компетенций:

Б3.01(Д) Выполнение и защита выпускной квалификационной работы;  
 Б2.О.04(Пд) Преддипломная практика.

В процессе прохождения практики студент готовится к решению типов задач профессиональной деятельности, предусмотренных ФГОС ВО и учебным планом.

### 5. Объем практики и ее продолжительность

Общая трудоемкость практики составляет 6 зачетных единиц(-ы) продолжительностью 4 недели или 216 часа(-ов).

*Очная форма обучения*

| Период обучения | Общая трудоемкость (часы) | Общая трудоемкость (ЗЕТ) | Самостоятельная работа (часы) | Промежуточная аттестация (часы) |
|-----------------|---------------------------|--------------------------|-------------------------------|---------------------------------|
| Восьмой семестр | 216                       | 6                        | 216                           | Зачет с оценкой                 |
| Всего           | 216                       | 6                        | 216                           |                                 |

*Заочная форма обучения*

| Период обучения  | Общая трудоемкость (часы) | Общая трудоемкость (ЗЕТ) | Самостоятельная работа (часы) | Промежуточная аттестация (часы) |
|------------------|---------------------------|--------------------------|-------------------------------|---------------------------------|
| Девятый триместр | 216                       | 6                        | 216                           | Зачет с оценкой                 |
| Всего            | 216                       | 6                        | 216                           |                                 |

## 6. Содержание практики

### 6.1. Разделы, этапы, темы практики и виды работ

#### Очная форма обучения

| Наименование раздела, темы                               | Всего      | Самостоятельная работа |
|--|------------|------------------------|
| <b>Раздел 1. Подготовительный (организационный) этап</b> | <b>4</b>   | <b>4</b>               |
| Тема 1.1. Установочная конференция                       | 4          | 4                      |
| <b>Раздел 2. Основной этап</b>                           | <b>200</b> | <b>200</b>             |
| Тема 2.1. Содержание основного этапа практики            | 200        | 200                    |
| <b>Раздел 3. Заключительный этап</b>                     | <b>12</b>  | <b>12</b>              |
| Тема 3.1. Оформление документов по практике              | 12         | 12                     |
| <b>Итого</b>   | <b>216</b> | <b>216</b>             |

#### Заочная форма обучения

| Наименование раздела, темы                               | Всего      | Самостоятельная работа |
|--|------------|------------------------|
| <b>Раздел 1. Подготовительный (организационный) этап</b> | <b>4</b>   | <b>4</b>               |
| Тема 1.1. Установочная конференция                       | 4          | 4                      |
| <b>Раздел 2. Основной этап</b>                           | <b>200</b> | <b>200</b>             |
| Тема 2.1. Содержание основного этапа практики            | 200        | 200                    |
| <b>Раздел 3. Заключительный этап</b>                     | <b>12</b>  | <b>12</b>              |
| Тема 3.1. Оформление документов по практике              | 12         | 12                     |
| <b>Итого</b>   | <b>216</b> | <b>216</b>             |

## 6. 2. Контрольные мероприятия по практике

| № п/п | Наименование раздела   | Вид контроля/ используемые оценочные материалы |                          |
|-------|--|--|--------------------------|
|       |  | Текущий  | Промежуточная аттестация |
| 1     | Подготовительный (организационный) этап - 4 час.<br>Тема 1.1 Установочная конференция - 4 час. |  | Зачет с оценкой          |
| 2     | Основной этап - 200 час.<br>Тема 2.1 Содержание основного этапа практики - 200 час.            |  | Зачет с оценкой          |
| 3     | Заключительный этап - 12 час.<br>Тема 3.1 Оформление документов по практике - 12 час.          |  | Зачет с оценкой          |

## 6. 3. Содержание этапов, тем практики и формы текущего контроля

### **Раздел 1. Подготовительный (организационный) этап**

#### *Тема 1.1. Установочная конференция*

Подготовка к прохождению практики – организационное собрание, выдача необходимой документации: программа практики, направление на практику, календарный план-график прохождения практики. Установочная лекция, инструктаж по технике безопасности, распределение по рабочим местам. Знакомство с информационно–методической базой практики

### **Раздел 2. Основной этап**

#### *Тема 2.1. Содержание основного этапа практики*

Работа на рабочих местах в различных подразделениях базы практики. Выполнение индивидуальных заданий. Сбор материалов для отчета.

### **Раздел 3. Заключительный этап**

#### *Тема 3.1. Оформление документов по практике*

Оформление отчета. Подготовка к защите. Защита отчета по практике

## 7. Формы отчетности по практике

1. Отметка предприятия.
2. Индивидуальное задание на практику.
3. Дневник практики.
4. Отчет по практике.

## 8. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение практики

### 8.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

#### *Основная литература*

1. Семенова Г. И. Основы научно-методической деятельности в спорте : учебное пособие / Г. И. Семенова; под редакцией И. В. Еркомайшвили. – Екатеринбург : УрФУ, 2014. – 182 с.  
- Режим доступа: <http://hdl.handle.net/10995/35760>.

2. Железняк, Ю. Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте [Текст] : учебное пособие для вузов / Ю. Д. Железняк, П. К. Петров. - 7-е изд., стер. - Москва : Академия, 2014. - 287 с. [и предыдущие издания]

#### *Дополнительная литература*

1. Зиамбетов В. Ю., Матявина С. И., Холодова Г. Б. Основы научно-исследовательской деятельности студентов в сфере физической культуры : учебно-методическое пособие. - Оренбург : Оренбургский государственный университет, 2015. - 104 с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/54134>.

2. Никитушкин, В.Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта: учебник для вузов [Электронный ресурс] : учеб. — Электрон. дан. — Москва : Советский спорт, 2013. — 280 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/10846>. — Загл. с экрана.

### **8.2. Профессиональные базы данных и ресурсы «Интернет», к которым обеспечивается доступ обучающихся**

#### *Профессиональные базы данных*

Не используются.

#### *Ресурсы «Интернет»*

1. <https://elibrary.ru/defaultx.asp> - Научная электронная библиотека eLIBRARY
2. <http://elar.rsvpu.ru/> - Электронный архив РГППУ

### **8.3. Информационные технологии, программное обеспечение и информационно-справочные системы, используемые при проведении практики**

1. Система дистанционного обучения «Moodle».
2. Информационная система «Таймлайн».

#### *Перечень программного обеспечения*

*(обновление производится по мере появления новых версий программы)*

Не используется.

#### *Перечень информационно-справочных систем*

*(обновление выполняется еженедельно)*

Не используется.

### **8.4. Описание материально-технической базы, необходимой для проведения практики**

Место проведения практики и описание МТО.

При прохождении практики в РГППУ обучающиеся могут пользоваться компьютерными классами, компьютерной сетью, библиотекой и другим оборудованием университета, необходимым для успешного выполнения задания на практику. При прохождении практики в профильной организации в соответствии с договором на проведение практики, обучающиеся могут пользоваться лабораториями, кабинетами, библиотекой, технической и другой документацией, вычислительной техникой в организации, где проходят практику, необходимыми для успешного выполнения задания на практику.