

Минобрнауки России
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Сыктывкарский государственный университет имени Питирима Сорокина»
(ФГБОУ ВО «СГУ им. Питирима Сорокина»)

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ИСТ

_____ И.А. Козырева

«_____» _____ 201__ г.

**ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ:
НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА
(ПОЛУЧЕНИЕ ПЕРВИЧНЫХ НАВЫКОВ НАУЧНО-
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ РАБОТЫ)**

Направление подготовки
44.03.01 «Педагогическое образование»

Направленность/профиль/программы
«Физическая культура»

Квалификация (степень) выпускника
Бакалавр

Сыктывкар, 20__

Лист согласования к программе практики

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование» (утв. приказом Минобрнауки России от 22.02.2018 № 121) и является составной частью основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование направленность», направленность (профиль) «Физическая культура», с учетом профессиональных стандартов «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» и «Педагог профессионального обучения, профессионального образования и дополнительного профессионального образования», Положением о практике и другими локальными актами Университета.

Автор _____ доцент кафедры теоретических и медико-биологических основ физической культуры Института социальных технологий, к.б.н. М.Л. Берговина.

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры теоретических и медико-биологических основ физической культуры Института социальных технологий
«__» _____ 201__ г. зав. кафедрой ТиМБОФК _____ к.б.н., доцент М.Л. Берговина.

Программа одобрена на заседании Учебно-методической комиссии Института социальных технологий от «__» _____ июня 201__ года, протокол № ____.
Председатель УМК ИСТ _____ Н.А. Мартынов.

Программа одобрена на заседании Ученого совета Института социальных технологий от
«__» _____ 201__ г., протокол № ____
Председатель Ученого совета Института социальных технологий И.А. Козырева

Руководитель ОПОП
44.03.01 «Педагогическое образование»
Профиль «Физическая культура» _____ М.Л. Берговина

Содержание программы практики

1. Вид (тип) практики, способы и формы проведения практики.

Вид практики: учебная.

Тип практики: научно-исследовательская работа (получение первичных навыков научно-исследовательской работы).

Способ проведения: стационарная, выездная.

Практика проводится концентрированно в образовательных организациях, связанных с СГУ им. Питирима Сорокина договорами о проведении практики и имеющих необходимое для проведения занятий по физической культуре материально-техническое оснащение и квалифицированных педагогов, а также в структурных подразделениях Университета.

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

Цель и задачи практики определяются комплексом компетенций, которыми должен овладеть выпускник в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, направленность (профиль) «Физическая культура», а также комплексом трудовых функций, которыми должен овладеть выпускник в соответствии с профессиональным стандартом «Педагог (педагогическая деятельность в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании) (воспитатель, учитель)», «Педагог профессионального обучения, профессионального образования и дополнительного профессионального образования», а именно: общепедагогическая функция, обучение, воспитательная деятельность, развивающая деятельность.

Задачи практики:

- закрепление теоретических знания по теории и методике физической культуры и изученным специальным дисциплинам;
- выявление и формулирование актуальных научных проблем в сфере образования и физической культуры;
- формирование интереса к научно-исследовательской работе по изучению влияния средств и методов физической культуры на формирование личности и здоровья обучающихся;
- формирование способности к поиску, сбору, обработке, анализу и систематизации источников литературы в соответствии с профилем профессиональной деятельности;
- формирование аналитических способностей, применяемых обучающимся при изучении теоретических проблем в процессе написания научно-исследовательских работ;
- сформировать систему знаний и умений в области измерений и контроля результатов обучения в физической культуре;
- привитие навыков самостоятельной работы при изучении учебной, учебно-методической, научной и др. литературы при проведении тестирования состояний и подготовленности лиц, отличающихся по полу, возрасту, физическому развитию и т.д.;
- обучение студентов использовать прикладные методы математической статистики для обработки и анализа материала, полученного в ходе проведения контроля.

В результате прохождения практики обучающийся должен приобрести следующие универсальные компетенции:

- способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач (УК-1);
- 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);

- способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде (УК-3);
- способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия (УК-4);
- способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах (УК-5).

3. Место практики в структуре образовательной программы.

Учебная практика относится к вариативной части учебного плана основной профессиональной образовательной программы (далее – ОПОП) по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», направленность (профиль) «Физическая культура».

Учебная практика проходит под руководством руководителя практики от кафедры теоретических и медико-биологических основ физической культуры.

4. Объем практики и ее продолжительность.

Учебная практика проводится в форме концентрированной практики на 3-м и 4-м курсах. Трудоемкость практики на 3-м и 4-м курсах составляет по 6 зачетных единиц (з.е.) или 324 академических часа, Продолжительность учебной практики – 6 недель на каждом курсе.

5. Содержание практики.

Учебная практика проходит в три этапа: подготовительный (ознакомительный), основной, заключительный.

На первом этапе предусматривается проведение установочной конференции, знакомство обучающегося с программой практики, с требованиями при ее прохождении, с формой и содержанием отчетной документации, прохождение инструктажа по технике безопасности; составление индивидуального плана практики.

Основной этап включает виды и формы работы, определяемые научным руководителем, в том числе: разработка плана научно-исследовательской работы на период практики; подготовка и согласование с научным руководителем задания по написанию научно-исследовательской работы (Приложение 3); работа с учебной, научной, нормативно-методической и инструктивной литературой по теме научно-исследовательской работы; электронная обработка материалов и т.д.

На заключительном этапе обучающийся составляет отчет о прохождении учебной практики. Итоги практики подводятся на заседании кафедры теоретических и медико-биологических основ физической культуры. Отчет утверждается протоколом заседания кафедры теоретических и медико-биологических основ физической культуры; зачет как форма контроля по практике выставляется руководителем обучающегося по результатам защиты отчета.

6. Формы отчетности по практике

По итогам прохождения учебной практики обучающийся представляет на кафедру следующую отчетную документацию:

- Отчет о прохождении учебной практики (Приложение 1);
- Дневник учебной практики (Приложение 2);
- Материалы практики.

на третьем курсе в материалы практики включается:

- задание по написанию научно-исследовательской работы (Приложение 4);
- библиографический список (не менее 25 источников) по теме работы в алфавитном порядке с полным библиографическим описанием источников и нумерацией по порядку в

- соответствии с требованиями, представленными в Приложении 5;
- копии документов, оттиски статей и другой исследовательский материал.
- на четвертом курсе в материалы практики включается:*
- задание по написанию научно-исследовательской работы (Приложение 4);
 - библиографический список (не менее 25 источников) по теме работы в алфавитном порядке с полным библиографическим описанием источников и нумерацией по порядку в соответствии с требованиями, представленными в Приложении 5;
 - протоколы, анкеты проведенных исследований и т.п. (образец в Приложении 6);
 - подтверждающая документация об участии обучающегося в научной деятельности кафедры теоретических и медико-биологических основ физической культуры в виде выполненного доклада на конференции (сертификат участника, скан-копия программы конференции) и (или) опубликованные тезисы материалов по теме научно-исследовательской работы (скан-копия титульного листа сборника материалов и текста публикации).

Определяющим основанием для аттестации обучающегося по итогам прохождения учебной практики являются отзывы руководителя практики и отзыв из образовательной организации, в которой обучающийся проходил практику.

Оценка результатов работы обучающегося в процессе учебной практики приравнивается к зачетам по теоретическому обучению и учитывается при подведении итогов его общей успеваемости.

7. Оценочные средства для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающегося по учебной практике.

Паспорт фонда оценочных средств по учебной практике – см. Приложение 3.

По результатам практики студенты представляют на кафедру руководителю практики соответствующим образом оформленные документы и материалы.

Критерии оценки:

– «отлично» – оценка ставится, если сданы на кафедру своевременно, правильно и аккуратно оформленные материалы исследования, а также отчет о работе. В отчете необходимо отразить результаты деятельности студента на практике, конкретные формы проведенной работы, приобретенные знания, умения и навыки;

– «хорошо» – оценка ставится, если в отчете недостаточно полно отражены результаты практики студента и допущены незначительные неточности в оформлении;

– «удовлетворительно» – оценка ставится, если в отчете слабо отражены результаты работы студента на практике. Кроме того, оценка снижается, если материалы оформлены ненадлежащим образом.

– «неудовлетворительно» – оценка ставится, если по итогам практики студент не выполнил план работы и не представил отчет о проделанной работе.

Кроме того, при оценке результатов учебной практики во время защиты отчета о практике обучающимся учитываются следующие факторы: уровень теоретической подготовки, степень сформированности профессиональных умений, характеристика руководителя практики и др.

8. Особенности организации практики для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Организация практики для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья осуществляется в соответствии с законодательством Российской Федерации. Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья выбор места и способ прохождения практики устанавливается Университетом с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья, а также требования по доступности.

9. Учебно-методическое и информационное обеспечение практики.

Основная литература:

1. Бочаров М.И. Спортивная метрология: Интерактивное учебное пособие для студентов институтов и факультетов ФКиС. – Сыктывкар, 2000. – 1 электронный оптический диск (CD-ROM).
2. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учебное пособие / Ю.Д. Железняк, П.К. Петров. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 272 с.
3. Полат Е. С. Современные педагогические и информационные технологии в системе образования : учебное пособие / Е. С. Полат ; М. Ю. Бухаркина. - М. : Изд. центр «Академия», 2007. - 365 с.
4. Семенов Л. А. Введение в научно-исследовательскую деятельность в сфере ФКиС: учебное пособие / Л. А. Семенов. – М.: Сов. спорт. 2011. – 200 с.

Дополнительная литература:

1. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В.М. Зациорский. М.: Советский спорт, 2009. 200 с.
2. Зеновский Е.В. Практикум по теории физической культуры (планирование и контроль): учебное пособие для студентов / Е.В. Зеновский, М.И. Бочаров. Ухта: ИПО УГТУ, 2010. 120 с.
3. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: учебник / Под ред. Ю.Ф. Курамшина. М.: Советский спорт, 2004. 464 с.
4. Ланда Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности: учеб. пособие / Б.Х. Ланда. М.: Советский спорт, 2005. 192 с.
5. Лях В.И. Физическая культура: 5-9 классы: тестовый контроль: пособие для учителя / В.И. Лях. М.: Просвещение, 2007. 144 с.
6. Тюрин Ю.Н. Анализ данных на компьютере / Ю.Н. Тюрин, А.А. Макаров. – М.: Инфра-М, 2003.

Интернет-ресурсы и программное обеспечение:

Публичная электронная библиотека - <http://public-library.narod.ru/>
Российский общеобразовательный портал - www.school.edu.ru
Русская виртуальная библиотека - www.rvb.ru
Русский филологический портал - www.philology.ru
Федеральный институт педагогических измерений - <http://fipi.ru/>
Федеральный портал «Российское образование» - www.edu.ru
Энциклопедии, словари, справочники - www.encyklopedia.by.ru
Федеральный портал «Российское образование»: <http://www.edu.ru/>
Единое окно доступа к образовательным ресурсам: <http://window.edu.ru/window>
Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург: <http://lesgaft.spb.ru/>
Российский Государственный Университет Физической Культуры, Спорта и Туризма: <http://www.sportedu.ru/>
Основы физической культуры в вузе: http://cnit.ssau.ru/kadis/ocnov_set/
Научный портал «Теория ру»: <http://teoriya.ru/>

10. Материально-техническая база проведения практики

Материально-техническая база практики представляет собой комплекс необходимого оборудования и программного обеспечения (компьютерная техника, оргтехника, возможность выхода в Интернет, базы данных и др.).

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Сыктывкарский государственный университет имени Питирима Сорокина»
(ФГБОУ ВО «СГУ им. Питирима Сорокина»
Институт социальных технологий
Кафедра теоретических и медико-биологических основ физической культуры

ОТЧЕТ
о прохождении учебной практики: научно-исследовательская работа
(получение первичных навыков научно-исследовательской работы)
по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование»
профиль «Физическая культура»

студента ____ курса группы ____

фамилия, имя, отчество

Место
практики _____

(полное юридическое название организации, адрес)

Сроки практики _____

Руководитель практики от кафедры ТиМБОФК _____

Руководитель базы практики (директор) _____

М.П.

Итоговая оценка
по практике _____

по итогам отчетной конференции

Руководитель
ОПОП _____ / _____ /

« _____ » _____ 20 _____

Сыктывкар 20 _____

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Сыктывкарский государственный университет имени Питирима Сорокина»
(ФГБОУ ВО «СГУ им. Питирима Сорокина»
Институт социальных технологий
Кафедра теоретических и медико-биологических основ физической культуры

ДНЕВНИК

**Учебной практики: научно-исследовательская работа
(получение первичных навыков научно-исследовательской работы)**

Студента группы _____

фамилия имя отчество

Сыктывкар 20_____

Перечень материалов, собранных во время практики
(копии документов, оттиски статей, исследовательский материал и др.)

Характеристика научно-исследовательской работы обучающегося

Руководитель практики от организации

Структурное подразделение базы практики

Должность

Подпись

И.О. Фамилия

МП

Характеристика-отзыв научно-исследовательской работы обучающегося руководителем практики от института

Руководитель практики от института

Наименование кафедры

Должность

Подпись

И.О. Фамилия

МП

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Паспорт фонда оценочных средств учебной практики

№ п/п	Контролируемые виды деятельности	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
1	Установочная конференция, знакомство с требованиями при прохождении учебной практики, с формой и содержанием отчетной документации, прохождение инструктажа по технике безопасности, составление индивидуального плана практики	УК-1-5	План практики
2	Участие в производственной деятельности подразделения – базы практики	УК-1-5	Отчет о выполненной работе
3	Проведение работ по выполнению индивидуальных заданий с эффективным использованием оборудования и программного обеспечения	УК-1-5	Апробация результатов
4	Отчет о прохождении практики	УК-1-5	Отчет

Приложение 4

ФГБОУ ВО «СЫКТЫВКАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМ.
ПИТИРИМА СОРОКИНА»
ИНСТИТУТ СОЦИАЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКИХ И МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИХ ОСНОВ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ

УТВЕРЖДАЮ
Зав. кафедрой ТиМБОФК

«__» _____ 20__ г.

ЗАДАНИЕ
по курсовой работе студента группы _____
направления подготовки **44.03.01 – Педагогическое образование.**
Профиль «Физическая культура»

Ф.И.О. _____

1. Тема работы _____

2. Срок сдачи студентом курсовой работы – _____

3. Объект исследования (изучения) и его объем _____

4. Перечень разрабатываемых вопросов _____

5. Основные методы исследования _____

6. Представление материала (кол-во глав, таблиц, рисунков, фотографий, и т.п.) _____

Подписи:

Студент _____

Руководитель _____

Требования к составлению библиографического списка

1. Вначале перечисляется литература на русском языке, затем на иностранном.
2. Описание источников проводится в соответствии с требованиями ГОСТ 7.1-2003, введенного в действие в качестве стандарта РФ с 1 июля 2004 г.
3. Учебная литература приводится в количестве не более, чем 30% от общего количества проанализированных источников, с датой издания не позднее, чем 5 лет относительно даты защиты научно-исследовательской работы.
4. Большую часть списка составляют монографии, справочные и энциклопедические материалы, статьи центральных изданий, материалы конференций и симпозиумов, при необходимости архивные и документальные материалы, научную информацию из Интернет-источников.
5. Источники, дата издания которых к моменту защиты курсовой работы превышает 10 лет, могут быть включены в список в количестве не более 10% от общего количества цитируемой в работе литературы.

Вспомогательные материалы для организации учебной практики

1. Тестирование физических качеств. Проводится для определения уровня физического развития закрепленного за практикантом класса.

- *бег скоростной (спринтерский)* на дистанцию 30, 60 или 100 метров. Выбирается одна из дистанций. Тестирование проводится в спортивном зале (если позволяют его размеры) либо на спортивной площадке. Забег проводится с высокого старта после предварительной 5-7-минутной разминки. Регистрируется время пробегания заданного отрезка в секундах с десятymi долями. Для регистрации результата понадобится секундомер. При тестировании на улице необходимо соблюдать гигиенические нормы, а также учитывать погодные условия. Не рекомендуется проводить забеги во время дождя и сразу после него: а также при температуре воздуха свыше 30°C и ниже 0°C . Одежда учащихся должна быть легкой и удобной, не стесняющей движения – это также важно для результата.

- *челночный бег 3 x 10 м.* проводится в спортивном зале или аналогичном помещении. На расстоянии 10 м друг от друга устанавливаются какие-либо предметы, хорошо заметные, но не способные причинить травму при столкновении с ними. Задание состоит в том, чтобы, стартовав по команде учителя, студент трижды пробежал расстояние от одного предмета до другого, огибая его и бегая по траектории в форме цифры 8. Для оценки ловкости координационных способностей рассчитывается разница между тестом бег на 30 м и челночным бегом, результат в котором всегда более низкий (то есть время бега больше). Чем меньше разница, тем выше координационные способности. Обычно челночный бег занимает примерно в 2 раза больше времени, чем гладкий бег на ту же дистанцию 30 метров. Измеряется время бега в секундах с десятymi долями (сотые доли секунды округляются до ближайшего целого значения).

- *бег на лыжах свободным стилем (оценка выносливости)* на дистанцию 1000 метров или шестиминутный бег на лыжах свободным стилем. Бег в течение 6 минут – это один из тестов, предложенных известным американским врачом К. Купером для оценки аэробных возможностей человека и его выносливости. Его можно проводить как в спортивном зале, так и на стадионе. При этом следует учитывать, что результаты на стадионе бывают обычно более высокими, так что лучше всегда делать одинаково. После разминки по команде «СТАРТ» начинается забег, который длится ровно 6 минут (360 секунд), а регистрируется то расстояние, которое каждый пробежал за это время. Преодоленная дистанция измеряется в метрах. Для теста в беге на дистанцию 1000 м результатом является время преодоления дистанции в секундах, например, если результат составил 4 мин 40 с, в анкету вписывается 280 секунд (т.е. $4 \times 60 \text{ с} + 40 \text{ с} = 280 \text{ с}$).

- *подтягивания на перекладине* обычно выполняется в спортивном зале. Следите, чтобы подтягивание было полным, то есть в начале каждого цикла руки были полностью распрямлены, а в конце, чтобы подбородок возвышался над перекладиной хотя бы на 1-2 сантиметра. В противном случае этот тест ничего не даст. Тест выполняется в максимально возможном темпе. Для девушек тест заменяется на сгибание-разгибание туловища на гимнастической скамейке (или на низкой перекладине).

- *прыжок в длину с места* может проводиться как в зале, так и на стадионе. В зале необходимо использовать мягкие маты. Прыжок производится после разминки из положения «стоя обеими ногами на линии старта». Дальность прыжка измеряется с помощью сантиметровой ленты от линии старта до точки приземления, за которую принимается наиболее близкая к линии старта точка соприкосновения любой части тела с землей (при правильной технике прыжка это обычно бывает пятка). Длина прыжка измеряется в сантиметрах.

- *гибкость* оценивается при максимальном наклоне вперед (в см) сидя (стоя) с выпрямленными в коленях ногами на полу (ступеньке) с нулевой отметкой на уровне стоп. Касание пальцами отметки дальше (ниже) нулевой точки с сохранением позы не менее 2 с дает положительный результат, ближе (выше) со знаком «-». В зачет идет лучшая из трех попыток.

- *быстрота реакции* измеряется с помощью теста «падающей линейки». Между разведенными на 2-3 см большим и указательным пальцами испытуемого вертикально помещается деревянная линейка так, чтобы отметка «О» была на уровне этих пальцев. Линейку без предупреждения отпускают, она падает вниз, а испытуемый должен ее поймать. Фиксируется длина линейки в месте ее захвата пальцами. Чем больше эта длина – тем ниже скорость реакции. В зачет идет лучшая из трех попыток.

Таблица

Протокол результатов и оценки уровня физической подготовленности

Фамилия, имя	Возраст	Наименование тестов					
		1	2	3	4	5	6

Примечание: тест 1 - ..., тест 2 - ... и т.д.