

Аннотация рабочей программы
дисциплины УП.02.01 Учебная практика
по специальности 49.02.01 Физическая культура
уровень подготовки – углубленный

Рабочая программа учебной дисциплины УП.02.01 Учебная практика разработана на основе ФГОС СПО. Программа включает в себя: паспорт рабочей программы (место учебной дисциплины в структуре ППСЗ, цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины); структуру и содержание учебной дисциплины (объем учебной дисциплины и виды учебной работы, тематический план и содержание учебной дисциплины); условия реализации дисциплины (требования к минимальному материально-техническому обеспечению, информационное обеспечение обучения, перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, основной и дополнительной литературы); контроль и оценку результатов освоения дисциплины.

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины УП.02.01 Учебная практика является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура

1.2. Место учебной дисциплины в структуре ООП

Учебная практика УП.02.01 относится к базовой/обязательной части Блока ПМ.02 «Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения» и является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура в части освоения видов профессиональной деятельности (ВПД) специальности.

Практика базируется на освоении следующих дисциплин:

МДК.02.01 Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки

МДК.02.02 Организация физкультурно-спортивной работы

МДК 02.03 Лечебная физическая культура и массаж

МДК.02.04 Нетрадиционные виды физической культуры и спорта

1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины

Целью прохождения учебной практики УП.02.01 по профессиональному модулю ПМ.02 «Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения» (далее практики) является получение первичных профессиональных умений и приобретение первоначального практического опыта по основным видам профессиональной деятельности для последующего освоения общих и профессиональных компетенций педагога по физической культуре и спорту, а также для подготовки студентов к осознанному и углубленному изучению профессиональных модулей.

С целью овладения указанным видом профессиональной деятельности и следующими профессиональными компетенциями обучающийся должен:

иметь практический опыт:

— анализа планов и процесса проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами, разработки предложений по их совершенствованию;

— определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения;

— наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;

— ведения документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и эффективную работу мест занятий физической культурой и спортом и спортивных сооружений;

уметь:

— использовать различные методы и формы организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, строить их с учетом возраста, пола, морфо-функциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности;

— комплектовать состав группы, секции, клубного или другого объединения занимающихся;

— планировать, проводить и анализировать физкультурно-спортивные занятия и мероприятия на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности (не менее 12 видов);

— подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;

— организовывать, проводить соревнования различного уровня и осуществлять судейство;

— применять приемы страховки и само страховки при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;

— осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;

— на основе медицинских заключений и под врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физкультурой;

— использовать основные приемы массажа и самомассажа.

знать:

— требования к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся;

— сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;

— основы оздоровительной тренировки в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности;

— историю, этапы развития и терминологию базовых и новых видов спорта и физкультурно-спортивной деятельности;

— технику профессионально значимых двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;

— методику проведения занятий на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;

— методику обучения двигательным действиям и развития физических качеств в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности;

— технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма при занятиях базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности;

— основы судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;

— виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации;

— технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю;

- основы педагогического контроля и организацию врачебного контроля при проведении физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с занимающимися различных возрастных групп;
- виды документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом, требования к ее ведению и оформлению;
- значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;
- средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре;
- дозирование и критерии величины физической нагрузки в лечебной физической культуре;
- показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры;
- основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;
- методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу;
- понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм;
- основные виды и приемы массажа.

Формируемые компетенции:

Результатом УП.02.01 Учебная практика является освоение

общих компетенций:

ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3.	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.
ОК 7.	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 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 9.	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.
ОК 10.	Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.

профессиональных компетенций:

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.	Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.
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.

1.4 Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

Количество часов, отводимое на учебную практику: 144 часа, 4 недели

1.5 Тематический план учебной дисциплины:

Освоение дисциплины предполагает изучение следующих тем:

Разделы (этапы) практики по видам учебной деятельности	Содержание раздела	Бюджет времени, (недели, дни, кол-во часов)
Организационная работа	Знакомство с программой практики, своим групповым руководителем. Участие в установочной конференции, включающей инструктаж по содержанию практики и по технике безопасности. Обсуждение с руководителем организационных вопросов практики и индивидуального задания. Изучение требований к прохождению профилактических медицинских осмотров и личной гигиене персонала.	6 часов
Методика проведения оздоровительной тренировки по гимнастике	Наблюдение, анализ и обсуждение занятий оздоровительной гимнастикой с различными возрастными группами занимающихся. Разработка планов-конспектов уроков по гимнастике для учащихся начальной, основной и средней школы. Составить комплекс упражнений, способствующих овладению техникой и тактикой изучаемых видов спорта (спортивная гимнастика). Проведение систематизации спортивного инвентаря, находящегося в спортивном зале для проведения спортивных занятий и мероприятий.	12
Методика проведения оздоровительной тренировки по легкой атлетике	Разработка планов оздоровительной тренировки. Проведение и анализ фрагментов оздоровительной тренировки в учебной группе. Составить комплекс упражнений, способствующих овладению техникой и тактикой изучаемых видов спорта (легкая атлетика). Разработка инструкции по соблюдению мер техники безопасности на физкультурно-оздоровительных и спортивных занятиях и соревнованиях. Проведение систематизации спортивного инвентаря, находящегося в спортивном зале для проведения спортивных занятий и мероприятий.	12
Методика проведения оздоровительной тренировки по волейболу	Наблюдение, анализ и обсуждение занятий оздоровительной тренировки по волейболу с различными возрастными группами занимающихся. Разработка планов-конспектов уроков по волейболу для учащихся начальной, основной и средней школы. Составить комплекс упражнений, способствующих овладению техникой и тактикой изучаемых видов спорта (волейбол). Проведение систематизации спортивного инвентаря, находящегося в спортивном зале для проведения спортивных занятий и мероприятий.	12
Методика проведения оздоровительной тренировки по баскетболу	Разработка планов оздоровительной тренировки. Проведение и анализ фрагментов оздоровительной тренировки в учебной группе. Составить комплекс упражнений, способствующих овладению техникой и тактикой изучаемых видов спорта (баскетбол). Разработка инструкции по соблюдению мер техники безопасности на физкультурно-оздоровительных и спортивных занятиях и соревнованиях. Проведение систематизации спортивного инвентаря, находящегося в спортивном зале для проведения спортивных занятий и мероприятий.	12
Подвижные игры в	Организация и проведение подвижных игр в тренировочном цикле	12

тренировочном процессе по ИВС	для различных видов спорта. Подбор игр в зависимости от особенностей видов спорта, педагогических задач, контингента и условий проведения. Игры для воспитания различных физических качеств. Игры, способствующие овладению техникой и тактикой изучаемых видов спорта (баскетбол, волейбол, лёгкая атлетика, футбол, гимнастика). Разработка инструкции по соблюдению мер техники безопасности на физкультурно-оздоровительных и спортивных занятиях. Проведение систематизации спортивного инвентаря, находящегося в спортивном зале для проведения спортивных занятий и мероприятий.	
Методика проведения урока по физической культуре для учащихся 1-11 классов	Составление плана-конспекта урока по физической культуре для учащихся 1-11 классов Проведение и анализ фрагментов урока по физической культуре для учащихся 1-11 классов. Проведение и анализ подвижных игр для учащихся 1-11 классов. Разработка инструкции по соблюдению мер техники безопасности на физкультурно-оздоровительных и спортивных занятиях и соревнованиях.	12
Руководство соревновательной деятельностью	Анализ документов, регламентирующих соревновательную деятельность. Разработка положения о соревнованиях (по гимнастике, легкой атлетике, волейболу, баскетболу, футболу). Наблюдение и анализ функций судей и тренеров в процессе соревнований. Участие в судействе соревнований. Разработка инструкции по соблюдению мер техники безопасности на физкультурно-оздоровительных и спортивных занятиях и соревнованиях. Оформление документации при проведении соревнований.	20
Организация и проведение соревнований по подвижным играм	Особенности организации и проведения соревнований по подвижным играм. Составление положения о проведении соревнований для учащихся различных возрастных групп. Разработка инструкции по соблюдению мер техники безопасности на физкультурно-оздоровительных и спортивных занятиях и соревнованиях. Проведение систематизации спортивного инвентаря, находящегося в спортивном зале для проведения спортивных занятий и мероприятий.	16
ЛФК при заболеваниях и травмах	Составление, проведение и анализ комплексов ЛФК в учебной группе при заболеваниях органов дыхания, сердечно-сосудистой системы. Составление, проведение и анализ комплексов ЛФК в учебной группе при нарушениях осанки, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата, при травмах плечевого пояса и позвоночника, нижних конечностей. Составление, проведение и анализ комплексов упражнений. Разработка инструкции по соблюдению мер техники безопасности на занятиях ЛФК.	10
Методика проведения различных видов массажа	Просмотр и анализ гигиенического, оздоровительного и спортивного массажа. Выполнение приемов гигиенического, оздоровительного, спортивного массажа. Разработка инструкции по соблюдению мер техники безопасности на занятиях ЛФК.	10
Обобщение материалов практики в общих выводах, предложениях и методических рекомендациях.	Общие выводы, предложения и методические рекомендации по организации и проведению учебной практики. Оформление итогового отчета по учебной практике. Подготовка выступления с презентацией на заключительную конференцию по практике.	10
	Итого:	144

1.6. Вид промежуточной аттестации: дифференцированный зачет

1.7 Основная литература

1. Алхасов, Д. С. Методика обучения физической культуре в начальной школе в 2 ч. Часть 1 : учебное пособие для академического бакалавриата / Д. С. Алхасов. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 254 с. — (Серия : Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-06116-1. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/D2E3E9A5-E683-4609-9653-602ABA119B96.

2. Алхасов, Д. С. Методика обучения предмету "физическая культура" в 2 ч. Часть 1 : учебное пособие для СПО / Д. С. Алхасов. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 254 с. — (Серия : Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05755-3. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/9FEC2C38-4A02-4057-967B-921141A7C67C.

3. Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. гимнастика : учебное пособие для СПО / С. Ф. Бурухин. — 3-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 173 с. — (Серия : Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07538-0. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/5582C698-90DB-4B44-9C96-C83D8ECB4228.

4. Виленская, Т. Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т. Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 285 с. — (Серия : Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-08305-7. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/4F3C7034-BB79-449D-9C7C-618F313A2BF8.

5. Германов, Г. Н. Методика обучения предмету «физическая культура». Легкая атлетика : учебное пособие для СПО / Г. Н. Германов, В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 461 с. — (Серия : Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05784-3. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/FC84B8CA-A2DE-4B68-83FF-963AD1B8AFF9.

6. Никитушкин, В. Г. Легкая атлетика в начальной школе : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 205 с. — (Серия : Бакалавр и магистр. Модуль.). — ISBN 978-5-534-05786-7. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/B69CEB85-FD87-4524-B172-571963144297.

7. Физическая культура : учебник и практикум для СПО / А. Б. Муллер [и др.]. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 424 с. — (Серия : Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/E97C2A3C-8BE2-46E8-8F7A-66694FBA438E.

Составитель: преподаватель Р.Н. Мягкий