

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Зекрин Фанави Уайбрахманович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 22.11.2023 11:26:26  
Уникальный программный ключ:  
8d1b39193cdad8918b8873b6591d9ef237c1a2d2

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И  
СПОРТА»  
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

Кафедра Туризма, менеджмента и оздоровительных технологий

**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ПРАКТИКЕ**

**Производственная практика: профессионально-ориентированная**

Направление подготовки – 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм  
Направленность (профиль) «Спортивно-оздоровительный туризм»

Уровень образования – бакалавр

Формы обучения – очная, заочная

Методические  
материалы разработаны

к.п.н., доцентом Мельниковым Д.А.

Утверждены на заседании кафедры Туризма, менеджмента и оздоровительных технологий

«11» апреля 2023 г., протокол №13.

Чайковский, 2023

## **1 ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ: ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ**

**Вид практики:** производственная.

**Тип практики:** профессионально-ориентированная.

**Способ организации практики:** стационарная, выездная.

### **Цель освоения практической деятельности**

**Целью производственной практики: профессионально-ориентированной** (далее практика) является приобретение и овладение обучающимися первичных профессиональных умений и навыков, способствующих формированию компетенций, предусмотренных ФГОС ВО и ОПОП.

### **Объем практики в зачетных единицах и ее продолжительности в неделях в академических часах**

Трудоемкость практики составляет – 9 зачетных единиц, 324 академических часа, 6 недель. Учебным планом ЧГАФКиС предусмотрена промежуточная аттестация обучающихся в форме *зачета с оценкой*.

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

Производственная практика: педагогическая относится к обязательной части блока 2 «Практика» и реализуется на 4 курсе в 7 семестре ОФО, на 4 курсе в 8 семестре ЗФО.

Практика направлена на получение первичных профессиональных умений и навыков, закрепление и расширение полученных теоретических знаний, приобретение первоначального практического опыта работы.

### **Структура отчёта по производственной практике**

В конце последней недели практики обучающиеся представляют на кафедру отчет, каждый документ которого должен быть завизирован руководителем практики от кафедры и/или руководителем практики от профильной организации.

В отчете по практике должны быть отражены документы, учитывающие специфику деятельности профильной организации:

- титульный лист (Приложение А);
- перечень документов отчёта (Приложение Б);
- индивидуальное задание выполняемое в период прохождения практики, отражающее содержание и планируемые результаты, согласованные руководителем практики от кафедры с руководителем практики от профильной организации (Приложение В);
- лист прохождения инструктажа в организации по месту прохождения практики (Приложение Г);
- отзыв на обучающегося с места прохождения практики: составляется руководителем практики от профильной организации, подписывается руководителем профильной организации и заверяется печатью (Приложение Д);
- дневник прохождения практики, включающий краткое содержание работ в период прохождения практики, заполняется ежедневно в соответствии с индивидуальным заданием (Приложение Е);
- расписание занятий (Приложение Ж);
- планы-конспекты учебно-тренировочных занятий в группах начальной подготовки (1 конспект) и группе спортивного совершенствования (2 конспекта) (Приложение И);
- план-конспект зачетного учебно-тренировочного занятия (Приложение И);

- протокол тестирования общей и специальной физической подготовленности занимающихся спортивным туризмом (Приложение К);
- положение о проведении физкультурно-спортивного мероприятия (Приложение Л);
- отчет о проведении физкультурно-спортивного мероприятия (Приложение М);
- конспект беседы по технике безопасности с занимающимися спортивным туризмом (Приложение Н);
- заключение по практике (краткий описательный анализ результатов прохождения практики) (Приложение О).

Отчет должен содержать сведения о конкретно выполненной обучающимся работе в период практики и весь материал, отражающий содержание разделов программы практики.

При необходимости в отчет по практике могут быть вложены дополнительные материалы (программа спортивно-массового мероприятия, приложения к конспектам занятий, бесед; фотографии, сделанные в процессе прохождения практики обучающимся и др.).

Обучающиеся очной формы на процедуру защиты практики представляют доклад, мультимедийную презентацию (или фотоотчет), составленные на основании отчета о прохождении практики. Презентация по практике выполняется в программе MicrosoftOfficePowerPoint. В доклад включена следующая информация: название профильной организации, специфика ее работы, контингент, характеристика групп, закрепленных за обучающимся; новые методики и т.д. Количество занятий, проведенных в качестве помощника и самостоятельно. В заключении делается вывод о том опыте, который приобрел обучающийся за период прохождения практики, трудностях, с которыми он столкнулся; обучающийся должен выразить свое общее впечатление, а также предложить пути совершенствования практики. Также могут представляться фотографии, которые характеризуют деятельность обучающегося в процессе практики.

## **2 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ПРОХОЖДЕНИЮ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ**

К основным рекомендациям для обучающихся следует отнести:

- своевременно выполнять все виды работ, предусмотренные программой практики, на высоком качественном уровне осуществлять учебный процесс;
- организовать свою деятельность в соответствии с нормативными документами организации, в которой проходит практику, подчиняться правилам внутреннего распорядка, распоряжениям администрации и руководителя практики.

В случае невыполнения предъявляемых к практиканту требований, он может быть отстранен от прохождения практики.

Студенты имеют право по всем вопросам, возникающим в процессе практики, обращаться к руководителю практики академии от кафедры и преподавателям кафедры ТМиОТ, вносить предложения по совершенствованию учебного процесса, организации практики, участвовать в конференциях и совещаниях, пользоваться библиотекой, кабинетами и находящимися в них учебно-методическими пособиями.

Далее представлены методические рекомендации к подготовке документации производственной практики: педагогической.

**Отзыв о прохождении обучающимся практики.** Обязательно в отзыве должен быть указан уровень овладения всех профессиональных компетенций, предусмотренный программой производственной практики, стоять оценка за практику, дата ее выставления, заверенная подписью руководителя практики от профильной организации и печатью школы (Приложение Д).

**Дневник прохождения практики.** В отчете ведется ежедневная, последовательная запись практики, с указанием даты каждой записи и характера проделанной работы. Необходимо записывать личные впечатления практиканта, выделяя, главным образом, наиболее существенные факты. Необходимо помнить, что ведение данного документа - это средство формирования специальных профессиональных навыков, умений и компетенций будущего специалиста. Его содержание, внешний вид, грамотность изложения учитываются при выставлении окончательной оценки по практике (Приложение Е).

### **Документы планирования.**

Основными документами планирования тренировочного процесса являются:

- индивидуальный план физкультурно-оздоровительных занятий;
- план-конспект тренировочного занятия.

**Расписание занятий** в профильной организации уже разработано и утверждено, поэтому задача студента изучить его, перенести и выделить занятия в закрепленных группах, приходящихся на период прохождения практики (Приложение Ж).

**План-конспект учебно-тренировочного занятия, в том числе зачетного** разрабатывается на основе индивидуального плана физкультурно-оздоровительных занятий для одного человека, для каждой возрастной и гендерной группы. Студент в устной или письменной форме намечает план предстоящего занятия: задачи, порядок организации. Консультируется по намеченному плану с методистом места практики. После утверждения плана, практикант разрабатывает подробный конспект физкультурно-оздоровительного занятия.

При подготовке конспекта, необходимо использовать методическую литературу, записи наблюдений занятий.

Работа над конспектом начинается с наблюдения и формулирования задач учебно-тренировочного занятия. Предусматриваются задачи по обучению двигательным действиям, сообщению знаний по воспитанию физических качеств.

Задачи должны быть конкретными и реальными, то есть точно определять все, что намечено достигнуть, и может быть достигнуто именно на данном занятии. Например: «Создать представление об упражнениях, повышающих силовые способности мышц плеча», «Разучить комплекс упражнений для повышения силы мышц бедра» и т.п.

Практикант рассчитывает время и строит структурную схему занятия. В графе «Части занятия» подробно записывает все упражнения и задания, а также содержание теоретического материала в той последовательности, в которой предполагается их проведение на занятии.

В основе построения частей занятия и распределения заданий должны лежать закономерности динамики работоспособности при выполнении физической нагрузки.

Подготовительная часть включает организационные вопросы, упражнения на общее укрепление организма и подготовку его к более напряженной работе в основной части. Проводятся ходьба и бег различными способами, общеразвивающие упражнения (несложные, но разнообразные по воздействию на организм), а также упражнения с учетом содержания основной части занятия. На подготовительную часть отводится до 7 мин. в одночасовом занятии, и до 15 мин. в двухчасовом (15-25% от общего времени занятия).

В основной части решаются следующие задачи: формирование и совершенствование прикладных навыков, развитие физических, специальных и психологических качеств, повышение устойчивости к влиянию неблагоприятных факторов, воспитание морально-волевых и психологических качеств.

Средства основной части занятия – технологии направленные на развитие общей и специальной физической подготовленности, контрольные упражнения. В начале основной части занятия выполняются приемы и действия, связанные со скоростью и ловкостью, упражнения со сложной координацией; в конце — упражнения на силу и выносливость, комплексная тренировка.

На основную часть отводится до 35 мин. при одночасовом занятии, и до 65 мин. при двухчасовом (70-80 % от общего времени занятия).

В заключительной части выполняются упражнения, которые способствуют приведению организма в спокойное состояние (направленные на восстановление) (ходьба, компенсаторный бег, упражнения на глубокое дыхание и расслабление мышц). При подведении итогов кратко отмечаются успехи и недостатки, даются индивидуальные задания на самостоятельную работу. Затем приводятся в порядок места занятий. На заключительную часть отводится около 5% от общего времени занятия.

Все упражнения и задания должны быть записаны достаточно полно с указанием исходного положения и перечнем составляющих их действий. При этом необходимо строго соблюдать терминологию, принятую в соответствующих видах фитнеса. Там, где необходимо, указывается счет.

При подготовке к занятию, студент продумывает дозировку упражнений. В конспекте указывается примерная дозировка.

Однако в том случае, когда стоят задачи воспитания физических качеств, нагрузка и отдых строго регламентируются.

В зависимости от упражнений, цели их использования, условий проведения в конспекте отмечается количество повторений, продолжительность отдыха между отдельными упражнениями, или сериями упражнений.

В графе «Организационно-методические указания» должна быть раскрыта методика проведения занятия. Записи могут отражать конкретные методы и методические приемы обучения отдельным упражнениям. Например: содержание объяснений тренера, использование определенных наглядных пособий, учебных карточек, ориентиров, приемов, повышающих активность обучающихся, методы индивидуального подхода и тому подобное, содержание и методы воспитательной работы.

Разрабатывая конспект, необходимо обдумывать и записывать методы организации занятия: порядок выполнения упражнений, способы подготовки мест занятий, раздачи и сбора инвентаря. В оформлении этой графы конспекта целесообразны рисунки, схемы, отражающие характер организации занятия.

В конце конспекта практикант записывает замечания по проведенному занятию, которые сделают в процессе обсуждения (Приложение И).

**Тестирование физической подготовленности** проводится на основе контрольных упражнений, тестов. Для того чтобы участники могли полностью реализовать свои способности, необходимо выбрать целесообразную последовательность проведения тестирования. Она заключается в необходимости начать тестирование с наименее энергозатратных видов испытаний (тестов) и предоставлении участникам достаточного периода отдыха между выполнением нормативов. Перед тестированием участники выполняют индивидуальную или общую разминку под руководством или самостоятельно. Одежда и обувь участников - спортивная. Во время проведения тестирования обеспечиваются необходимые меры техники безопасности и сохранения здоровья участников. В протокол тестирования вносятся результаты одного занимающегося: в первой колонке указывается тестируемое физическое качество, во второй - указывается вид испытаний в соответствии с возрастной группой и результат. В результате необходимо сделать общее заключение об уровне развития физических качеств и дать рекомендации по совершенствованию физических качеств (Приложение К).

**Подготовка и проведение спортивно-массового или физкультурно-оздоровительного мероприятия.** За основу проведения студентами физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в период производственной практики берется календарный план проведения спортивно-массовых мероприятий или разрабатывается самостоятельно.

Успех проведения любого физкультурно-спортивного мероприятия или соревнования зависит от его подготовки. Студентам необходимо помнить, что к проведению мероприятий, в том числе и зачетных, нужно подходить творчески, с выдумкой, заинтересованно. Подготовка мероприятия начинается с разработки сценария или положения о соревновании.

Необходимо подготовить место для размещения материалов о начале, ходе и результатах соревнования, где вывешиваются красочные объявления о сроках проведения и времени проведения игр, заседания судейской коллегии, положение, календарь игр, таблица результатов. Интерес у зрителей вызовут оперативные фоторепортажи по итогам игрового дня. Достойным завершением любого турнира станет торжественное закрытие соревнования и награждение победителей, призеров и лучших игроков турнира.

**Положение о проведении физкультурно-спортивного мероприятия.** При составлении положения о соревновании следует учитывать, что оно должно включать в себя следующие пункты:

При составлении положения следует учитывать следующие пункты:

- цель, задачи соревнования (формирование здорового образа жизни, повышения социальной активности и укрепления здоровья обучающихся, приобщение их к физической культуре как составному элементу общенациональной культуры);
- время и место проведения;
- руководство;
- участники соревнований;
- условия проведения соревнований;
- определение победителей;
- финансирование;
- награждение;
- заявки;

– примечание (Приложение Л).

**План-конспект беседы** с занимающимися. Разрабатывая конспект беседы, студент подбирает и изучает литературу, отбирает материал, систематизирует его и излагает в форме, соответствующей возрасту занимающихся, разрабатывает вопросы для обсуждения (Приложение Н).

**Заключение практиканта по производственной практике: профессионально-ориентированной.** В отчете следует кратко описать весь объем проведенной студентом работы в профильной организации. При этом необходимо отразить:

- количество просмотренных физкультурно-оздоровительного занятий
- количество проведенных физкультурно-оздоровительного занятий
- перечислить физкультурно-оздоровительные или спортивно-массовые мероприятия
- раскрыть содержание физкультурно-спортивной работы, проведенной в период практики
- характеристика выполнения других разделов индивидуального плана и пр.
- замечания и предложения по совершенствованию профессионально-педагогической подготовки студентов до практики и в процессе учебной практики в профильной организации (Приложение О).

**Подготовка к защите итогов практики.** Заключительным организационным мероприятием по подведению итогов практики и аттестации студентов является защита отчетов студентами.

Основным инструментом методического сопровождения, подтверждающим прохождение практики, является отчетная документация, которая позволяет отслеживать и оценивать достижения студентов в течение практики.

Отчет составляется на основе выполнения индивидуального задания студента в период практики. В конце отчета следует провести анализ собственной тренерской деятельности. Успешность студента-практиканта в процессе тренерской деятельности приводит к удовлетворенности собой как специалистом, что в дальнейшем оказывает влияние на развитие механизма самоопределения личности каждого студента. В отчете следует отметить положительные и отрицательные моменты практики, трудности, которые возникали в период практики и пути их преодоления, а также замечания и предложения по совершенствованию практики в организации, подготовленность студента к практике, успехи в овладении профессионально-педагогическими навыками в процессе практики, недостатки и трудности.

**Подготовка к защите отчета.** Завершающим этапом для студентов является защита по подведению итогов практики и обмену опытом работы, которая дает возможность проанализировать и более объективно оценить достигнутые результаты. Адекватная профессиональная самооценка процесса тренерской деятельности - путь к саморазвитию и самосовершенствованию специалиста. Студенты должны подготовить отчет и выступление о практике (мультимедийный проект, презентацию или видеоклип).

Все виды самостоятельной деятельности студентов в период прохождения практики контролируются и сопровождаются своевременной поддержкой и консультативной помощью со стороны руководителей, преподавателей выпускающей кафедры.

Самостоятельная работа является важнейшим элементом учебного процесса, так как это один из основных методов освоения учебных дисциплин и овладения навыками профессиональной деятельности.

Самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной и популярной литературой, материалами периодических изданий и Интернета, статистическими данными является наиболее эффективным методом получения знаний, позволяет значительно активизировать процесс овладения информацией, способствует более глубокому усвоению изучаемого материала, формирует у студентов свое отношение к конкретной проблеме.

*Презентация* - разновидность самостоятельной работы с компьютерными технологиями, состоящая в использовании разнообразных приемов обработки информации, заключенной обучающимся в докладе.

Цель презентации - научиться демонстрировать умение работать с информацией, используя приемы и методы, а также с различными компьютерными программами. Основные правила оформления презентаций

1. Стиль изложения и оформления должен быть деловым и сдержанным. Логотип и несколько элементов оформления на периферии страницы - этого достаточно.
2. Делайте для каждого слайда уникальный заголовок. Пять слайдов с одним и тем же заглавием - и зрители перестанут вообще смотреть на заголовки.
3. Ставьте порядковые номера слайдов и общее количество их в презентации, это поможет аудитории понимать, сколько осталось до конца.
4. Выводите информацию на слайд постепенно. Пусть слова и картинки появляются параллельно «озвучке»: так понятнее, чем вести рассказ по статичному слайду.
5. Приводите факты, цифры и графики - это хорошая поддержка для вашего выступления. Голый текст никого не заинтересует.
6. Применяйте высококонтрастные цвета, крупные шрифты и внятные иллюстрации. В противном случае, сидящие на задних рядах, ничего не разберут на экране.
7. Фотографии, рисунки и другие иллюстрации старайтесь размещать на отдельных слайдах. Тоже относится к большим диаграммам, таблицам, схемам и графикам.
8. Не переписывайте в презентацию свой доклад. В идеале вообще ни одно слово доклада не должно дублироваться на слайдах — кроме темы, имен собственных и названий графиков и таблиц. Демонстрация презентации на экране - это вспомогательный инструмент, иллюстрирующий вашу речь.

### Критерии выставления зачета

<b>Критерии оценивания практико-ориентированного задания</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>– посещаемость,</li> <li>– работа в профильной организации, самостоятельная работа студента,</li> <li>– защита отчета по практике.</li> </ul>	
Показатели оценивая	Баллы
100% посещаемость	1
В установленные сроки представлена отчетная документация по итогам прохождения производственной практики: технически грамотно оформленная, четко структурированная, качественно оформленная с наличием подписей руководителя практики; все задания выполнены верно в установленные сроки. Зачетное занятие получило оценку «отлично» у руководителя практики.	3
Защита отчета проведена с использованием мультимедийных средств, на заданные вопросы обучающихся представил четкие и полные ответы.	1
Итого	5

<b>Шкалы оценивания</b>		
Баллы	Уровень	Отметка



5	высокий	отлично
4	выше среднего	хорошо
3	средний	удовлетворительно
2	низкий	неудовлетворительно

### 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

#### *Основная литература*

1. Константинов Ю.С. Теория и практика спортивно-оздоровительного туризма: учебное пособие. - М.: Сов. Спорт, 2009. – 10 экз.
2. Макеева В.С. Теория и методика физической рекреации: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / В.С. Макеева, В.В. Бойко. – М.: Советский спорт, 2014. – 152 с. – 8 экз.
3. Мельников Д.А. Техника и тактика туристского многоборья: Учебное пособие/ Д.А. Мельников. – Чайковский: ФГБОУ ВПО ЧГИФК, 2013. – 126 с.
4. Теория и методика физической культуры: Учебник / под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. – 3-е изд., стереотип. – М.: Советский спорт, 2007. – 464 с. (10 экз.)
5. Технологии физкультурно-спортивной деятельности: учебное пособие / С.П. Евсеев, О.Э. Аксенова - М.: «Советский спорт», 2007 г. – 272 с. (10 экз.)
6. Федотов Ю.Н., Востоков И.Е. Спортивно-оздоровительный туризм: учебник. - М.: Сов. Спорт, 2008. – 464 с. - 8 экз.
7. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник. - М.: Академия, 2014, 2012.

#### *Дополнительная литература*

1. Барчуков И.С. Физическая культура: учебник.- М.: Академия, 2013 (4 экз.)
2. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта: учебник.– К.: Олимпийская литература, 2002. – 294 с. (2 экз.)
3. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры [Электронный ресурс]: учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля/ Матвеев Л.П.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Издательство «Спорт», 2021.— 520 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/104667.html>.— ЭБС «IPRbooks».
4. Менхин Ю.В. Физическое воспитание: теория, методика, практика: учеб. пособие.– 2-е изд. переработанное и дополненное – М: СпортАкадемПресс, 2006.- 312 с. (6 экз.)
5. Мельников Д.А., Умеров А.В., Шалаев С.В. Безопасный отдых и туризм: для студентов вузов: учебное пособие. – Ижевск. УдГУ, 2006. – 6 экз.
6. Мельникова Л.В., Новокрещенов В.В., Мельников Д.А. Организационно-педагогические условия развития спортивного ориентирования как вида спорта для всех: монография. - Ижевск: ИжГТУ, 2013. – 5 экз.
7. Никитушкин В.Г. Теория и методика юношеского спорта: учебник. – М.: Физическая культура, 2010. – 208 с. (5 экз.)

#### *Нормативные документы*

1. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ. [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_140174/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/)

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И  
СПОРТА»  
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

**ОТЧЕТ**  
**о прохождении практики**

<b>ФИО обучающегося</b>	<u>ФИО обучающегося</u>
<b>Направление подготовки</b>	<u>49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм</u>
<b>Профиль</b>	<u>«Спортивно-оздоровительный туризм»</u>
<b>Вид, тип практики</b>	<u>Производственная практика: профессионально-ориентированная</u>
<b>Наименование профильной организации</b>	<u>_____</u>
<b>Сроки практики</b>	<u>_____</u>
<b>Кафедра</b>	<u>Туризма, менеджмента и оздоровительных технологий</u>
<b>Руководитель практики от кафедры</b>	<u>Мельников Д.А.</u>
<b>Руководитель от профильной организации</b>	<u>Любова Н.А.</u>

Чайковский 2022

**Перечень документов отчета по производственной практике:  
профессионально-ориентированной**

1. индивидуальное задание выполняемое в период прохождения практики, отражающее содержание и планируемые результаты, согласованные руководителем практики от кафедры с руководителем практики от профильной организации (Приложение В);
2. лист прохождения инструктажа в организации по месту прохождения практики (Приложение Г);
3. отзыв на обучающегося с места прохождения практики: составляется руководителем практики от профильной организации, подписывается руководителем профильной организации и заверяется печатью (Приложение Д);
4. дневник прохождения практики, включающий краткое содержание работ в период прохождения практики, заполняется ежедневно в соответствии с индивидуальным заданием (Приложение Е);
5. расписание занятий (Приложение Ж);
6. планы-конспекты учебно-тренировочных занятий в группах начальной подготовки (1 конспект) и группе спортивного совершенствования (2 конспекта) (Приложение И);
7. план-конспект зачетного учебно-тренировочного занятия (Приложение И);
8. протокол тестирования общей и специальной физической подготовленности занимающихся спортивным туризмом (Приложение К);
9. положение о проведении физкультурно-спортивного мероприятия (Приложение Л);
10. отчет о проведении физкультурно-спортивного мероприятия (Приложение М);
11. конспект беседы по технике безопасности с занимающимися спортивным туризмом (Приложение Н);
12. заключение по практике (краткий описательный анализ результатов прохождения практики) (Приложение О).

В приложении к отчету должно быть включено:

Расписание физкультурно-оздоровительных занятий.

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»  
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

**Индивидуальное задание**  
выполняемое в период производственной практики: профессионально-ориентированной

студента (ки) \_\_\_\_\_  
(ФИО студента, группа)

обучающегося(йся) по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиль «Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес»

Сроки практики: \_\_\_\_\_

Задания по практике	Код индикатора достижения компетенций	Сроки выполнения
Пройти инструктаж по технике безопасности, ознакомиться с требованиями охраны труда, пожарной безопасности, а также правилами внутреннего трудового распорядка профильной организации.	ОПК-6.2	1 неделя
Беседа с руководителем профильной организации, руководителем практики от профильной организации. Ознакомление с целью, задачами, видами и содержанием работ по практике; с рабочей документацией планирования и учета работы обучающегося по практике; разработка и согласование рабочего графика (плана) проведения практики и индивидуального задания; ознакомление с организацией работы обучающихся во время практики.	ОПК-1.2	1 неделя
Ознакомление с материально-технической базой и условиями для физкультурно-оздоровительных занятий. Познакомиться с контингентом занимающихся.	ПК-15.1	1 неделя
Участие в собраниях и методических занятиях, консультациях, проводимых в профильной организации и ЧГАФКиС	ОПК-1.2; ОПК-5.2; ОПК-7.2; ОПК-9.2; ОПК-14.2	1-6 неделя
Работа с учебно-методической литературой	ОПК-14.2	1-6 неделя
Разработать планы-конспекты учебно-тренировочных занятий для групп начальной подготовки и групп этапа спортивного совершенствования	ОПК-1.2, ОПК-1.3; ОПК-4.2; ОПК-5.1; ОПК-5.2; ОПК-14.2; ОПК-14.3; ОПК-15.2 ПК-1.2	1-5 неделя
Провести учебно-тренировочные занятия в соответствии с поставленными задачами и особенностями контингента	ПК-1.3; ПК-2.2; ПК-2.3; ПК-4.2, ОПК-4.3, ОПК-5.3; ОПК-6.3	1-6 неделя
Разработать конспект беседы по технике безопасности с занимающимися спортивным туризмом	ОПК-5.2; ОПК-5.3; ОПК-6.1; ОПК-6.2;	2-3 неделя

	ОПК-6.3; ОПК-7.3; ОПК-15.2; ПК-4.3	
Провести тестирование общей и специальной физической подготовленности занимающихся спортивным туризмом, провести анализ полученных результатов тестирования	ОПК-9.1; ОПК-9.2; ПК-1.2; ПК-2.3; ПК-3.3; ПК-4.3	2-3 неделя
Разработать положение о проведении физкультурно-спортивного мероприятия Провести физкультурно-спортивное мероприятие и оформить отчет	ОПК-5.2; ОПК-14.2; ОПК-12.2	2-5 неделя
Оформить и сдать отчет по практике	ОПК-1.2, ОПК-1.3	6 неделя

Подпись студента

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

(ФИО)

Руководитель практики от  
кафедры

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

(ФИО)

Руководитель практики от  
профильной организации

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

(ФИО)

**Лист инструктажа  
в организации по месту прохождения производственной практики:  
профессионально-ориентированной**

Наименование организации: \_\_\_\_\_

Срок прохождения практики: \_\_\_\_\_

№ п/п	Наименование инструктажа	Дата проведения инструктажа	Фамилия, инициалы инструктирующего / руководителя практики	Подпись инструктирующего / руководителя практики, печать (при наличии)	Фамилия, инициалы обучающегося (инструктируемого)	Подпись обучающегося (инструктируемого)
1.	Инструктаж по ознакомлению с требованиями охраны труда					
2.	Инструктаж по технике безопасности					
3.	Инструктаж по пожарной безопасности					
4.	Инструктаж по соблюдению правил внутреннего трудового распорядка					

## ОТЗЫВ

О прохождении производственной практики: профессионально-ориентированной

обучающегося \_\_\_\_\_

(ФИО обучающегося)

Направление подготовки 49.03.01 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль) Спортивно-оздоровительный туризм

Курс \_\_\_\_\_

Группа \_\_\_\_\_

Место прохождения практики \_\_\_\_\_

(полное название профильной организации)

В должности \_\_\_\_\_

Сроки практики \_\_\_\_\_

### Оценка освоения компетенций обучающимися

Код компетенции	Код индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты при прохождении практики	Задания по практике	Оценка («3», «4», «5»)
ОПК-6	ОПК-6.2	Знает технику безопасности, требования охраны труда, пожарной безопасности, правила внутреннего трудового распорядка профильной организации	Пройти инструктаж по технике безопасности, ознакомиться с требованиями охраны труда, пожарной безопасности, а также правилами внутреннего трудового распорядка профильной организации.	
ОПК-1	ОПК-1.2	Знает содержание физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности в профильной организации	Беседа с руководителем профильной организации, руководителем практики от профильной организации.	
ОПК-15	ОПК-15.1	Умеет планировать и реализовывать физкультурно-оздоровительные мероприятия с учетом материально-технической базы и особенностями контингента занимающихся	Ознакомление с материально-технической базой и условиями для физкультурно-оздоровительных занятий. Познакомиться с контингентом занимающихся	
ОПК-1, ОПК-4, ОПК-5, ОПК-14, ОПК-15, ПК-1,	ОПК-1.2, ОПК-1.3; ОПК-4.2; ОПК-5.1; ОПК-5.2; ОПК-14.2; ОПК-14.3; ОПК-15.2 ПК-1.2	Умеет определять содержание и имеет опыт разработки плана учебно-тренировочного занятия по спортивному туризму	Разработать планы-конспекты учебно-тренировочных занятий для групп начальной подготовки и групп этапа спортивного совершенствования	
ОПК-4, ОПК-5, ОПК-6, ПК-1, ПК-2, ПК-4	ПК-1.3; ПК-2.2; ПК-2.3; ПК-4.2, ОПК-4.3, ОПК-5.3; ОПК-6.3	Имеет опыт проведения учебно-тренировочных занятий в соответствии с поставленными задачами и особенностями контингента	Провести учебно-тренировочные занятия в соответствии с поставленными задачами и особенностями контингента	
ОПК-5, ОПК-6, ОПК-7, ОПК-15, ПК-4	ОПК-5.2; ОПК-5.3; ОПК-6.1; ОПК-6.2; ОПК-6.3; ОПК-7.3; ОПК-15.2; ПК-4.3	Умеет разрабатывать содержание беседы по технике безопасности. Имеет опыт проведения беседы по технике безопасности с занимающимися спортивным туризмом	Разработать конспект беседы по технике безопасности с занимающимися спортивным туризмом.	



ОПК-9, ПК-1, ПК-2, ПК-3, ПК-4	ОПК-9.1; ОПК-9.2; ПК-1.2; ПК-2.3; ПК-3.3; ПК-4.3	Имеет опыт определения физической подготовленности занимающихся на основе методов врачебно-педагогического и педагогического тестирования Умеет интерпретировать полученные результаты определения физической подготовленности занимающихся на основе методов врачебно-педагогического и педагогического тестирования	Провести тестирование общей и специальной физической подготовленности занимающихся спортивным туризмом, провести анализ полученных результатов тестирования	
ОПК-5, ОПК-14, ОПК-12	ОПК-5.2; ОПК-14.2; ОПК-12.2	Имеет опыт разработки положения проведения и проведения физкультурно-спортивного мероприятия, оформление отчета	Разработать положение о проведении физкультурно-спортивного мероприятия Провести физкультурно-спортивное мероприятие и оформить отчет	
ОПК-1	ОПК-1.2 ОПК-1.3	Умеет оформлять документы планирования, имеет опыт оформления отчетной документации	Оформить и сдать отчет по практике	

Рекомендации по совершенствованию профессиональной подготовки бакалавров по направлению подготовки: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Программа практики производственной практики: профессионально-ориентированной обучающегося \_\_\_\_\_

выполнена с оценкой \_\_\_\_\_

(ставит руководитель практики от профильной организации)

Руководитель практики  
от профильной организации

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /  
подпись / ФИО

Руководитель  
профильной организации

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /  
подпись / ФИО

МП

Итоговая оценка \_\_\_\_\_

(ставит руководитель практики от кафедры)

Руководитель практики от кафедры

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /  
подпись / ФИО

**ДНЕВНИК**  
**прохождения практики**

<b>Дата</b>	<b>Вид и содержание работы</b>

Подпись студента \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ (ФИО)

Руководитель практики  
от кафедры \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ (ФИО, должность)

Руководитель практики  
от профильной  
организации \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ (ФИО, должность)

ПРИЛОЖЕНИЕ Ж  
Образец бланка расписания занятий  
в закрепленных группах на период практики

**Расписание занятий**

Группы	Дни и часы занятий					
	Пн.	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб

Руководитель практики от профильной организации: \_\_\_\_\_  
(подпись) (ФИО)

**ПЛАН-КОНСПЕКТ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ**

Дата проведения \_\_\_\_\_

Место проведения \_\_\_\_\_

Время проведения \_\_\_\_\_

Контингент занимающихся \_\_\_\_\_

Задачи занятия:

- 1.
- 2.
- 3.

Инвентарь:

Части занятия и их содержание	Дозировка	Организационно – методические указания

Использованная литература: \_\_\_\_\_

Заключение по проведению физкультурно-оздоровительного занятия: \_\_\_\_\_

Оценка за проведение: \_\_\_\_\_

Подпись студента \_\_\_\_\_ (ФИО)

Руководитель практики от кафедры \_\_\_\_\_ (ФИО)

Руководитель практики от профильной организации \_\_\_\_\_ (ФИО)

**ПЛАН-КОНСПЕКТ ЗАЧЕТНОГО УЧЕБНО-ТРЕННИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ**

Дата проведения \_\_\_\_\_

Место проведения \_\_\_\_\_

Время проведения \_\_\_\_\_

Задачи занятия:

- 1.
- 2.
- 3.

Занятие проводил \_\_\_\_\_

Инвентарь: \_\_\_\_\_

Присутствовало чел.: \_\_\_\_\_

Части занятия и их содержание	Дозировка	Организационно – методические указания
1. Подготовительная		
2. Основная		
3. Заключительная		

Члены комиссии:

1. \_\_\_\_\_  
 (оценка)                      (подпись)                      (ФИО)

2. \_\_\_\_\_  
 (оценка)                      (подпись)                      (ФИО)

3. \_\_\_\_\_  
 (оценка)                      (подпись)                      (ФИО)

Краткий анализ занятия членами комиссии: \_\_\_\_\_

Итоговая оценка за занятие: \_\_\_\_\_  
 (подпись руководителя практики от профильной организации)                      (ФИО)

Подпись студента \_\_\_\_\_  
 (ФИО)

Руководитель практики от кафедры \_\_\_\_\_  
 (ФИО)

Руководитель практики от профильной организации \_\_\_\_\_  
 (ФИО)

### ПРОТОКОЛ ТЕСТИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ

Группа тестируемых \_\_\_\_\_

Педагог доп. образования, тренер \_\_\_\_\_

	Ф.И.	Упражнения, единицы измерения							Уровень подготовленности
1									
2									
3									
4									
5									
6									

**Общее заключение об уровне развития физических качеств** \_\_\_\_\_

**Рекомендации** \_\_\_\_\_

Подпись студента \_\_\_\_\_ (ФИО)

Руководитель практики от кафедры \_\_\_\_\_ (ФИО)

Руководитель практики от профильной организации \_\_\_\_\_ (ФИО)

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о проведении физкультурно-спортивного мероприятия**

1. Цели и задачи

Соревнования проводятся с целью ....

2. Время и место проведения

Отметить где, когда и в каких спортивных залах или на базах проводятся соревнования.

3. Руководство

Отметить, кто осуществляет общее и непосредственное руководство соревнованиями.

4. Участники соревнований

Указать условия участия в соревнованиях (какие команды допускаются, состав команды и т.

д.)

5. Условия проведения соревнований

Отметить по каким видам проводятся соревнования, программа (подробно расписать), зачет.

6. Определение победителей

Отметить как определяются победители (в зависимости от программы соревнований по виду спорта).

7. Финансирование

Указать источник финансирования (при наличии).

8. Награждение

Отметить как осуществляется награждение победителей (победители, призеры в личном первенстве) награждаются дипломами, призами и т. д.

9. Заявки

Указать время и место подачи заявок

Примечание. Данное положение является вызовом на соревнования.

Справки по тел.

Подпись студента

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

(ФИО)

Руководитель практики от  
кафедры

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

(ФИО)

Руководитель практики от  
профильной организации

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

(ФИО)

ОТЧЕТ

о проведении \_\_\_\_\_  
(наименование физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия, вид спорта)

проходившего с \_\_\_\_\_  
сроки проведения

1. Состав участников

количество команд \_\_\_\_\_ общее количество участников \_\_\_\_\_ чел.  
участвовали: юноши: \_\_\_\_\_ чел., девушки \_\_\_\_\_ чел.

2. Результаты соревнований

Победители командного первенства:

Место	Команда
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Победители личного первенства:

Место	Ф.И.О. участников
Юноши:	
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Девушки:	
_____	_____
_____	_____
_____	_____

3. Предложения и замечания

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Гл.судья: \_\_\_\_\_  
(подпись) (ФИО)

Подпись студента \_\_\_\_\_ (ФИО)

Руководитель практики от  
кафедры \_\_\_\_\_ (ФИО)

Руководитель практики от  
профильной организации \_\_\_\_\_ (ФИО)



**Конспект беседы по технике безопасности на учебно-тренировочном занятии**

Дата проведения \_\_\_\_\_

Тема: \_\_\_\_\_

Цель: \_\_\_\_\_

Задачи:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

Используемая литература

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

План беседы

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

Содержание беседы (тезисы).

Подпись студента \_\_\_\_\_ (ФИО)

Руководитель практики от кафедры \_\_\_\_\_ (ФИО)

Руководитель практики от профильной организации \_\_\_\_\_ (ФИО)

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ ПО ПРАКТИКЕ

\_\_\_\_\_  
(Ф.И.О. обучающегося, группа)

1. Количество просмотренных учебно-тренировочных занятий \_\_\_\_\_.
2. Количество проведенных учебно-тренировочных занятий \_\_\_\_\_
3. Перечислить физкультурно-оздоровительные или спортивно-массовые мероприятия
4. Раскрыть содержание физкультурно-спортивной работы, проведенной в период практики
5. Характеристика выполнения других разделов индивидуального плана и пр.
6. Замечания и предложения по совершенствованию профессионально-педагогической подготовки студентов до практики и в процессе учебной практики в профильной организации.

Подпись студента \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(ФИО)

Дата