

9

КОНТРОЛЬНЫЙ  
ЭКЗЕМПЛЯР

Учреждение образования  
«Белорусский государственный педагогический университет  
имени Максима Танка»



С.И.Коптева  
2019 г.

Регистрационный № 40.3302-75/7

**ПРОГРАММА  
ПРЕДДИПЛОМНОЙ ПРАКТИКИ**

**для специальности:**

1-88 01 02 Оздоровительная и адаптивная физическая культура

**направление специальности:**

1-88 01 02-01 Оздоровительная и адаптивная физическая культура  
(оздоровительная)

2019 г.

**СОСТАВИТЕЛИ:**

В.А. Коледа, профессор кафедры теории и методики физической культуры учреждения образования «Белорусский государственный университет имени Максима Танка», доктор педагогических наук, профессор;  
Н.В. Шкулева, старший преподаватель кафедры теории и методики физической культуры учреждения образования «Белорусский государственный университет имени Максима Танка»

**РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:**

Кафедрой теории и методики физической культуры  
(протокол № 8 от 24.01.2019)

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ А.А.Балай

**ОДОБРЕНА И РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:**

Советом факультета физического воспитания учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка» (протокол № 5 от 06.02.2019)

Председатель  
Совета факультета \_\_\_\_\_ А.Н.Касперович

Оформление программы практики и сопровождающих ее материалов действующим требованиям Министерства образования Республики Беларусь соответствует

Руководитель практики  
учебно-методического отдела \_\_\_\_\_ Т.А.Янковец

## СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка.....	3
Содержание практики.....	7
Информационно-методическая часть.....	10
Обязанности руководителя практики от кафедры.....	10
Обязанности руководителя практики от организации.....	11
Обязанности и права студента во время прохождения практики.....	12
Отчетная документация студента по практике.....	13
Критерии оценки студента за практику.....	13
Список использованных источников.....	17
<i>Приложение А:</i> Образец оформления титульного листа.....	19
<i>Приложение Б:</i> Содержание.....	20
<i>Приложение В:</i> Индивидуальный план.....	20
<i>Приложение Г:</i> Примерный план-график распределения учебного материала на год, на месяц,на квартал.....	21
<i>Приложение Д:</i> Сценарий проведения массового физкультурно-оздоровительного мероприятия.....	22
<i>Приложение Е:</i> План подготовки и проведения мероприятия.....	22
<i>Приложение Ж:</i> Календарный план физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий.....	22
<i>Приложение З:</i> План анализа массового физкультурно-оздоровительного и спортивного мероприятия.....	23
<i>Приложение И:</i> План-конспект занятия.....	23
<i>Приложение К:</i> Протокол хронометрирования занятия.....	23
<i>Приложение Л:</i> Хронокарта плотности занятия.....	24
<i>Приложение М:</i> Анализ результатов хронометрирования.....	24
<i>Приложение Н:</i> Протокол пульсометрии.....	24
<i>Приложение О:</i> Динамика ЧСС занимающегося.....	25
<i>Приложение П:</i> Анализ результатов пульсометрии.....	26
<i>Приложение Р:</i> Дневник самоконтроля занимающегося.....	26
<i>Приложение С:</i> Примерное содержание письменного отчета о выполнении программы преддипломной практики.....	27
<i>Приложение Т:</i> Письменный отзыв руководителя практики от организации о прохождении практики студентом.....	28

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Преддипломная практика по специальности 1-88 01 02-01 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (оздоровительная)» относится к основной и наиболее значимой части учебно-воспитательного процесса на заключительном этапе системы подготовки высококвалифицированных педагогических кадров и проводится в течение 7 недель на 4 курсе в 8 семестре для студентов дневной формы получения образования и на 5 курсе в 9 семестре для студентов заочной формы получения образования.

Базой для ее проведения служат физкультурно-оздоровительные центры, детско-юношеские клубы, физкультурно-оздоровительные комплексы, физкультурно-спортивные клубы, фитнес-центры, гимназии и средние общеобразовательные школы.

**Цель практики** - расширение творческих способностей самостоятельного решения студентами основных педагогических задач в сфере оздоровительной физической культуры населения при сопряженном формировании и закреплении профессионально-педагогических умений и навыков.

### **Задачи практики:**

-закрепить и усовершенствовать у студентов совокупность профессионально-педагогических умений и навыков методиста по физкультурно-оздоровительной работе;

-углубить и обогатить практические навыки, обеспечивающие решение конкретных задач планирования, проведения, контроля и оценки физического состояния при проведении занятий с физическими упражнениями с оздоровительной направленностью;

-научить анализировать, обобщать и творчески использовать передовой педагогический опыт организационной, методической и учебно-воспитательной деятельности в занятиях с учетом физического состояния, интересов и потребностей занимающихся;

-воспитать у студентов интерес к профессии инструктора-методиста по физкультурно-оздоровительной работе;

-сформировать у студентов профессиональные умения и навыки по проведению физкультурно-оздоровительной работы.

*Требования по профессионально-педагогической подготовке.*

### **Студенты должны уметь:**

- владеть методикой подбора упражнений и построения различных форм занятий физическими упражнениями;

- разрабатывать комплексы упражнений, применяемые в режиме труда, для занятий в группах здоровья, в группах по интересам, в группах профессионально-прикладной физической подготовки, в физкультурно-оздоровительных центрах предприятий, в тренажерных залах и др.;

-владеть методикой организации и проведения занятий с населением с учетом содержания и специфики труда (учебы), возраста, пола, состояния здоровья, физической подготовленности и интересов;

-составлять учетно-отчетную документацию по оздоровительной физической культуре;

-составлять Положение о проведении массовых физкультурно-оздоровительных, спортивных и других мероприятий;

-владеть методикой проведения массовых физкультурно-спортивных мероприятий, праздников здоровья;

-владеть особенностями контроля и оценки влияния различных средств на здоровье и работоспособность людей;

-владеть методикой ведения дневника самоконтроля занимающегося;

-владеть методикой пульсометрии, анализировать динамику ЧСС занимающегося;

-владеть методикой составления и ведения протокола хронометрирования занятия;

### **Требования к академическим компетенциям**

Студент должен:

АК-1. Уметь применять базовые научно-теоретические знания для решения теоретических и практических задач.

АК-2. Владеть системным и сравнительным анализом.

АК-3. Владеть исследовательскими навыками.

АК-4. Уметь работать самостоятельно.

АК-5. Творчески подходить к решению задач профессиональной деятельности.

АК-6. Владеть междисциплинарным подходом при решении проблем.

АК-7. Иметь навыки, связанные с использованием технических устройств, управлением информацией и работой компьютером.

АК-8. Обладать навыками устной и письменной коммуникации.

АК-9. Уметь учиться, повышать свою квалификацию в течение всей жизни.

### **Требования к социально-личностным компетенциям**

Студент должен:

СЛК-1. Обладать качествами гражданственности.

СЛК-2. Быть способным к социальному взаимодействию.

СЛК-3. Быть способным к межличностным коммуникациям.

СЛК-4. Владеть навыками здоровьезбережения.

СЛК-5. Быть способным к критике и самокритике.

СЛК-6. Уметь работать в команде.

СЛК-7. Совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и общекультурный уровень, добиваться нравственного и физического совершенствования своей личности.

СЛК-8. Формировать и аргументировать собственные суждения и профессиональную позицию.

СЛК-9. Формировать и аргументировать собственные суждения и профессиональную позицию.

СЛК-10. Уважительно и бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям, толерантно воспринимать социальные и культурные различия.

СЛК-11. Уважительно и бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям, толерантно воспринимать социальные и культурные различия.

СЛК-12. Проявлять инициативу и креативность, в том числе в нестандартных ситуациях.

### **Требования к профессиональным компетенциям**

Студент должен быть способен:

#### **Педагогическая деятельность**

ПК-2. Формировать гуманистическое мировоззрение, нравственное сознание и нравственное поведение.

ПК-3. Воспитывать ответственность за результаты учебной деятельности.

#### **Организационно-управленческая деятельность**

ПК-5. Работать с научно-методической литературой, нормативными правовыми актами и другими документами.

ПК-6. Анализировать и оценивать собранные данные.

ПК-9. Готовить доклады и материалы к презентациям.

ПК-11. Применять методы мотивации и стимулирования труда в физкультурно-спортивных и туристических организациях.

ПК-12. Применять на практике современные управленческие технологии.

ПК-13. Анализировать и проектировать образовательный процесс, организационно-управленческую, спортивную, учебно-тренировочную и физкультурно-оздоровительную деятельность.

ПК-14. Анализировать перспективы и направления развития спорта, туризма и физического воспитания.

ПК-16. Системно представлять предметную область профессиональной деятельности и перспективы ее развития.

#### **Научно-исследовательская деятельность**

ПК-21. Реализовывать научные подходы в управленческой и педагогической деятельности.

ПК-22. Применять современные информационные технологии.

ПК-23. Пользоваться глобальными информационными ресурсами.

### **Учебно-тренировочная деятельность**

ПК-27. Осуществлять физическую, техническую, тактическую, психическую и интегральную спортивную и туристскую подготовку.

ПК-28. Обеспечивать безопасность спортивной и туристской подготовки.

ПК-29. Организовывать и проводить спортивный отбор.

ПК-30. Формировать навыки самоконтроля у занимающихся.

ПК-31. Контролировать и анализировать соревновательную деятельность.

ПК-32. Осуществлять профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ

Содержание преддипломной практики определяется образовательным стандартом и программой, которая предусматривает последовательное формирование системы профессиональных умений и навыков, будущих выпускников в соответствии с их специальностью и квалификацией.

Студенты проходят преддипломную практику в качестве практикантов в физкультурно-оздоровительных центрах, детско-юношеских клубах, физкультурно-оздоровительных комплексах, физкультурно-спортивных клубах, фитнес-центрах, гимназиях и средних общеобразовательных школах.

Организацию преддипломной практики осуществляют руководитель практики от учреждения высшего образования, деканат, руководитель практики от факультета.

Общее руководство практикой в организации возлагается на руководителя организации или иного уполномоченного им работника организации.

На студентов в период прохождения практики распространяется законодательство об охране труда и правила внутреннего трудового распорядка организации, на студентов, принятых на работу на вакантные должности, распространяется также законодательство о труде.

Накануне проводится курсовое собрание по организационно-методическим вопросам с участием руководителя практики от учреждения высшего образования.

Во время прохождения практики студент под контролем непосредственного руководителя практики от организации выполняет программу практики и отражает ход ее выполнения в дневнике прохождения практики.

Для достижения цели и решения поставленных задач основными направлениями деятельности студента на практике являются:

- непосредственное знакомство с системой организации физкультурно-оздоровительной работы на базах практики (в коллективах физической культуры, в физкультурно-оздоровительных центрах и т.п.);

- овладение навыками и методикой проведения занятий физическим упражнением с оздоровительной направленностью;

- организация и проведение физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;

- осуществление перспективного, годового и текущего планирования занятий в физкультурно-оздоровительных группах, в секциях по видам спорта, в школах здоровья;

- умения составлять учетно-отчетную документацию по оздоровительной физической культуре;

- формирование у будущих специалистов профессионально-педагогических знаний, умений и навыков, обеспечивая тем самым подготовку высококвалифицированного специалиста в области оздоровительной физической культуры, имеющего глубокие и прочные знания, умения и навыки во всех аспектах физкультурно-оздоровительной

деятельности.

Во время практики студенты обязаны ознакомиться и изучить:

-структуру объекта практики, его цели, задачи, содержание и направленность деятельности;

-нормативно-правовую базу, источники финансирования, структуру органов управления объекта практики;

-документы планирования, учета и отчетности по различным аспектам деятельности объекта практики;

-систему организации учебно-воспитательной, спортивной, оздоровительной и пропагандистской работы на объекте практики (независимо от формы собственности);

-положения о проведении массовых физкультурно-оздоровительных, спортивных, туристских и других мероприятий;

-вопросы организации работы спортивных сооружений, баз, бассейнов, залов и т.д. в том числе по оказанию платных услуг и ведению физкультурно-оздоровительной деятельности;

-вопросы организации физкультурно-оздоровительной работы по месту жительства населения, а также в трудовых и учебных коллективах и др.

Студенты практиканты должны принять участие на правах организаторов в следующих мероприятиях:

-в подготовке и проведении массовых физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях;

-в организации и судействе спортивных соревнований;

-в проведении учебно-тренировочной работы в физкультурно-оздоровительных группах, секциях по видам спорта (массового), клубах по спортивным интересам т.п.;

-в оформлении соответствующей документации в процессе учебно-тренировочной работы и проводимых мероприятий;

-в производственных совещаниях, семинарах, конференциях, лекциях, проводимых на базе практики.

Условно весь период практики можно разделить на три этапа.

На I – *вводном этапе* студенты участвуют в курсовом собрании, планируют свою работу на период практики, знакомятся со специалистами учреждения на месте прохождения практики, изучают основную документацию, необходимую для работы на месте, условия для проведения занятий ОФК, используя основное и дополнительное оборудование и т.п.

На II – *основном этапе* студенты подбирают комплексы упражнений для проведения занятий; разрабатывают планы-конспекты занятий, с дальнейшим их применением на практических занятиях (10 планов- конспектов); принимают участие в организационном, учебно-тренировочном процессе; организации и проведении массовых физкультурно-оздоровительных или спортивных мероприятиях. Самостоятельно работают над документацией и с методической литературой.

На III – *заключительном этапе* студентами осуществляется самостоятельная подготовка и проведение открытых контрольных занятий, а

также анализ открытых занятий, проводимых другими студентами, закрепление интереса к будущей профессии, формирование потребности к постоянному росту профессионального мастерства и самообразования, вырабатываются творческий подход к решению педагогических задач и навыки оказания практической помощи физкультурным и спортивным организациям в совершенствовании их деятельности и повышении эффективности работы.

В течение последней недели практики студенты составляют письменный отчет о выполнении программы практики. Отчет должен быть подписан студентом, непосредственным руководителем практики от организации и утвержден руководителем (заместителем руководителя) организации. По окончании практики непосредственный руководитель практики от организации оформляет письменный отзыв о прохождении практики студентом.

## **ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ**

### **Обязанности руководителя практики от факультета**

1. Ведет работу по подбору организаций и заключению с ними договоров.
2. Готовит распоряжение о практике и сдает его в учебно-методическое управление.
3. Организует, проводит курсовые собрания по практике.
4. Организует проведение курсовых собраний по организационно-методическим вопросам с участием руководителя практики от учреждения высшего образования.
5. Проводит перед началом практики инструктаж студентов по охране труда.
6. Осуществляет текущий контроль проведения практики, анализ и обобщение результатов практики.
7. Ведет работу по обеспечению расчетов с непосредственными руководителями практики от организации и с иными работниками организаций за проведение лекций, консультаций, семинаров и экскурсий, предусмотренной программой практики.
8. Контролирует своевременность сдачи отчетной документации, предусмотренной программой практики.
9. Организует принятие дифференцированных зачетов у студентов в форме, предусмотренной программой практики.
10. Выставляет и вносит итоговые отметки студентов по практике в зачетно - экзаменационную ведомость и зачетную книжку.
11. Участвует в работе совета факультета и заседаниях кафедр при обсуждении вопросов по подготовке, проведению и подведению итогов практики и вносит предложения по устранению недостатков, дальнейшему совершенствованию организации и проведения практики студентов.
12. Составляет отчет по итогам практики и предоставляет его декану факультета.

### **Обязанности руководителя практики от кафедры**

1. Готовит предложения о распределении студентов на практику по организациям.
2. Знакомит студентов с целями, задачами и программой практики, представляет им информацию об организациях, в которых осуществляется проведение практики.
3. Принимает участие в курсовых собраниях по организационно-методическим вопросам.
4. Утверждает планы прохождения практики студентами, контролирует их выполнение.

5. Консультирует студентов при выполнении заданий, определенных программой практики, проверяет и утверждает планы-конспекты пробных и зачетных уроков (занятий).

6. Оказывает помощь студентам при подготовке к пробным и зачетным урокам (занятиям).

7. Посещает, анализирует и оценивает уроки (занятия) и воспитательные мероприятия, проводимые студентами очной формы получения образования в период практики.

8. Своевременно информирует руководителя практики от факультета об отсутствии студентов дневной формы получения образования в организациях, в которых они проходят практику, невыполнении ими программы практики, нарушении правил внутреннего трудового распорядка.

9. Выявляет и своевременно устраняет недостатки в ходе проведения практики, а при необходимости сообщает о них руководителю практики от факультета и руководителю организации.

10. Организует работу по обеспечению расчетов с непосредственными руководителями практики от организации и с иными работниками организаций за проведение лекций, консультаций, семинаров и экскурсий, предусмотренных программой практики.

11. Проверяет и оценивает отчетную документацию студентов и принимает дифференцированный зачет.

12. Анализирует выполнение программ практики, обсуждает ее итоги и в течение недели после заседания кафедры представляет руководителю практики от учреждения высшего образования выписку из протокола заседания кафедры, а декану факультета - отчет о результатах проведения практики.

13. Участвует в работе совета факультета и заседании кафедры при обсуждении вопросов по подготовке, проведению и подведению итогов практики.

14. Вносит предложения по совершенствованию практики.

### **Обязанности руководителя практики от организации**

1. Знакомит студентов со спецификой профессиональной деятельности, документацией, необходимой для выполнения программы практики.

2. Распределяет темы уроков (занятий) и мероприятий между студентами.

3. Консультирует студентов при выполнении заданий, определенных программой практики.

4. Оказывает методическую помощь студентам при подготовке пробных и зачетных учебных занятий, утверждает планы-конспекты предстоящих занятий.

5. Анализирует и оценивает уроки (занятия) и мероприятия, проведенные студентами.

6. Своевременно информирует руководителя организации и руководителей практики от кафедры об отсутствии студентов в организации, невыполнении ими программы практики, нарушении правил внутреннего трудового

распорядка.

7. Подписывает письменный отчет о выполнении программы практики и оформляет письменный отзыв о прохождении практики студентом.

8. Вносит предложения по совершенствованию практики.

### **Обязанности и права студента во время прохождения практики**

Студент обязан:

1. Участвовать в курсовых собраниях по организационно-методическим вопросам.

2. Вести дневник практики.

3. Соблюдать правила внутреннего трудового распорядка организации.

4. Выполнять распоряжения администрации организации и непосредственного (непосредственных) руководителя (руководителей) практики.

5. Своевременно оформить и представить отчетную документацию по практике руководителю (руководителям) от кафедры (кафедр).

Студент имеет право:

1. Изучать документацию организации в объеме заданий, определенных программой практики.

2. Обращаться к руководителям практики от факультета и кафедр (кафедр), руководителю организации, непосредственному руководителю от организации, другим работникам учреждения высшего образования и организации по организационно-методическим и иным вопросам, возникающим в процессе практики.

3. Вносить предложения по организации и проведению практики.

4. Принимать участие в работе методических объединений, педагогических советов организации.

5. Присутствовать на совещаниях и других учебно-методических мероприятиях в организации.

6. Пользоваться библиотекой, кабинетами, учебно-методической документацией, спортивным инвентарем, другим оборудованием, необходимым для выполнения программы практики.

## ОТЧЕТНАЯ ДОКУМЕНТАЦИЯ СТУДЕНТА ПО ПРАКТИКЕ

Отчетная документация по преддипломной практике должна содержать:

1. Титульный лист (Приложение А).
2. Содержание (Приложение Б).
3. Индивидуальный план прохождения практики (Приложение В).
4. План-график распределения учебного материала на год, на квартал (Приложение Г).
5. Сценарий проведения массового физкультурно-оздоровительного мероприятия или спортивного соревнования (Приложение Д).
6. План подготовки и проведения массового физкультурно-оздоровительного или спортивного мероприятия (Приложение Е).
7. Календарный план проведения физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий (Приложение Ж).
8. План-анализ массового физкультурно-оздоровительного и спортивного мероприятия (Приложение З).
9. План-конспект проведения занятия (Приложение И).
10. Протокол хронометрирования (Приложение К).
11. Хронокарта плотности занятия (Приложение Л).
12. Анализ результатов хронометрирования (Приложение М).
13. Протокол пульсометрии (Приложение Н).
14. Динамика ЧСС занимающегося (Приложение О).
15. Анализ результатов пульсометрии (Приложение П).
16. Дневник самоконтроля занимающегося (Приложение Р).
17. Письменный отчет о выполнении программы практики (Приложение С).
18. Письменный отзыв руководителя практики от организации о прохождении практики студентом (Приложение Т).

### Критерии оценки студента за практику

По результатам пройденной практики студенты оформляют и сдают отчетную документацию не позднее 3 дней до даты проведения итоговой конференции.

#### ***Критерии оценки:***

**1 балл.** Усвоение цели, задач, содержания практики на уровне узнавания, проявление ситуативного интереса к процессу прохождения практики, стихийное формирование отдельных педагогических умений. Студент-практикант не может воспроизвести основное содержание текущих (и итоговых) заданий практики, не ориентируется в установлении структурно-логических связей, с трудом определяет объект и не распознает предмет педагогического воздействия, выполняет работу лишь с помощью руководителя педагогической практикой в физкультурно-оздоровительном учреждении.

**2 балла.** Неустойчивый интерес к результатам прохождения практики. Студентом-практикантом усвоены отдельные элементы содержания практики на уровне узнавания, а отдельные трудовые действия (задания практики) выполняются по образцу. Студент распознает отдельные элементы трудовых действий (заданий практики, фрагментов документов), различает разделы, виды работ практики. Связи теоретических и специальных знаний с реальной действительностью не осознает. Ориентировочная основа действий не сформирована и самостоятельно (без помощи методиста, классного руководителя) студент-практикант не в состоянии использовать имеющиеся знания и навыки. Педагогическое мышление не развивается, логическая структура программы практики не усваивается. Студент испытывает значительные затруднения как на этапе осмысления реальной ситуации, так и в интерпретации полученных результатов; допускает много ошибок в реализации разделов программы при выполнении заданий практики.

**3 балла.** Неустойчивый интерес к процессу прохождения и результатам педагогической ознакомительной практики. Преимущественно рецептивное усвоение профессиональных знаний, формирование умений и навыков (по принципу «делай так!»). Их отрывочность и бессистемность свидетельствуют о несформированности полной ориентировочной основы действий и являются источником затруднений при выполнении программы практики. Студент-практикант оперирует определенными теоретическими сведениями на уровне частичного воспроизведения, распознает суть и элементы заданий практики, способен выбирать алгоритм действий, применять педагогические приемы по осуществлению запланированной деятельности; часто обращается за помощью к методисту. Достаточно уверенно действует по заданному руководителем образцу, но часто затрудняется, когда нужно выполнить те же действия в аналогичной ситуации самостоятельно.

**4 балла.** Отсутствие целевой установки на усвоение системы профессионально-педагогических знаний, формирование умений; пассивное отношение к способам реализации программы практики, отдельных заданий; подражательный стиль исполнительских действий. Студент-практикант достаточно полно воспроизводит содержание педагогической практики, применяет психолого-педагогические и специальные знания в знакомой ситуации, но затрудняется в разработке и осуществлении программы действий при незначительном изменении ситуации. Студент может формально характеризовать педагогическую ситуацию, правильно выполняет приемы работы по осуществлению программы практики на основе использования инструкции методиста, руководителя педагогической практикой в физкультурно-оздоровительном учреждении.

**5 баллов.** Довольно устойчивый интерес к процессу прохождения и результатам практики. Наличие пробелов в необходимых психолого-педагогических и специальных знаниях и опыте их использования "компенсируется" высоким уровнем внимания и исполнительской активностью при выполнении заданий практики. Студент-практикант понимает и полно воспроизводит новый учебный материал, умеет теоретически соотнести его с типичной педагогической ситуацией, но в ходе решения конкретных задач практики допускает грубые ошибки. Правильно выполняет приемы работы по осуществлению программы практики с помощью инструкций—алгоритмов, заданных руководителем практики (заместителем директора,

методистом). Отсутствие целенаправленности в овладении системой профессионально-педагогических знаний, умений и навыков; слабые самодисциплина и самоконтроль.

**6 баллов.** Довольно устойчивый интерес к процессу профессионально-педагогической деятельности. Минимально достаточная ориентировочная основа действий, наличие отдельных пробелов в психолого-педагогических и специальных знаниях. Благодаря инициативе и значительным познавательным усилиям студент-практикант достигает хорошего уровня знаний фактического материала и основных взаимосвязей, правильно применяет эти знания в типичных ситуациях. Правильно выбирает и осуществляет способы действий (деятельности) при выполнении заданий практики. Недостаточно развитые самооценка и самоконтроль приводят в отдельных случаях к неточностям при самостоятельном осуществлении отдельных составляющих программы практики, к неправильному конечному результату.

**7 баллов.** Довольно устойчивый интерес к содержанию профессионально-педагогической деятельности, наличие положительного, опыта использования психолого-педагогических и специальных знаний и навыков при решении практических задач. Достаточно, полно сформирована ориентировочная основа действий. Хорошее знание фактического материала и закономерностей осуществления целостного педагогического процесса. Студент-практикант умеет применять психолого-педагогические и специальные знания в типичных ситуациях, выбирает и разрабатывает наиболее оптимальные пути осуществления конкретных действий и операций. Проявляет самостоятельность, стремление и готовность к выполнению отдельных заданий повышенной сложности; проявляются предпосылки к осуществлению самостоятельной педагогической деятельности.

**8 баллов.** Устойчивый интерес к процессу осуществления и результатам практики, полная ориентировочная основа действий, близкий к высокому уровню развития произвольного внимания и педагогического мышления. Хорошее знание профессионально-педагогических фактов и зависимостей, правильное (но не всегда рациональное) использование этих знаний при выполнении заданий программы практики. Студент-практикант разрабатывает и выполняет алгоритм собственных действий, систематически осуществляет их контроль и корректировку, самостоятельно выполняет требования программы практики.

**9 баллов.** Устойчивый интерес к процессу и результату профессионально-педагогической деятельности, гибкая ориентировочная основа действий, высокий уровень развития педагогического мышления. Отличное знание педагогических фактов и зависимостей, способность вносить коррективы и предложения в технологию осуществления программы практики. Правильное выполнение всех требований программы практики; владение навыками самоконтроля, адекватная самооценка и способность к рефлексии.

**10 баллов.** Устойчивый интерес к профессионально-педагогической деятельности, гибкая ориентировочная основа действий с элементами творчества; глубокое понимание связи теоретического материала с реальным педагогическим процессом; высокий уровень педагогического мышления. Студент-практикант может самостоятельно разрабатывать собственную программу профессионально-педагогических действий, выбирать наиболее эффективные способы решения

поставленных задач. Ориентировочная основа действий отличается полнотой и обобщенностью, суждения — краткостью и рациональностью. Продуктивное использование учебного времени и высокая работоспособность, самостоятельность и целеустремленность в выполнении работы, единство пытливого мысли и действия, инициативности и находчивости в нестандартной ситуации, требующей выхода на новый уровень профессионально-педагогических знаний (умений и навыков) и их применения.

Студенту, не предоставившему в установленный срок отчетную документацию без уважительной причины, оценка за практику снижается.

Общая оценка за практику выводится с учетом защиты и полученных оценок по всем видам деятельности:

- профессиональная подготовленность к выполнению заданий;
- своевременность, полнота и качество выполнения учебных заданий и оформления отчетной документации;
- сознательное отношение к практике, дисциплинированность, активность, педагогическая культура и тактичность поведения;
- отчет студента на защите практики, умение отвечать на вопросы и вести дискуссию.

Студент, не выполнивший программу практики, получивший отрицательный отзыв руководителя практики от организации и (или) неудовлетворительную отметку при сдаче дифференцированного зачета руководителю практики от кафедры, приказом руководителя учреждения высшего образования повторно (не более одного раза) направляется на практику в свободное от обучения время.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

### Основная:

1. Гуревич, И.А. Физическая культура и здоровье. 300 соревновательно – игровых заданий: учебн. – метод. пособие / И.А. Гуревич. – Минск: Высш. шк., 2011. – 349 с.
2. Канищев, А. Д. Организация спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий с учащимися: метод. рекомендации / А.Д. Канищев, В.С. Овчаров. – Минск, 2002. – 54 с.
3. Кобринский, М.Е. Физическая культура и здоровье учащихся. Основы знаний: пособие для учителей физ. культуры / М.Е. Кобринский, А.Г. Фурманова. – Минск: МЕТ, 2011. – 342 с.
4. Круцевич, Т.Ю. Теория и методика физического воспитания: учеб. для вузов физ. воспитания и спорта: в 2 т. / Т.Ю. Круцевич. – Киев: Олимпийская литература, 2003. – Т. 1. – 422 с.; Т. 2. – 391 с.
5. Кряж, В.Н. Государственный физкультурно-оздоровительный комплекс Республики Беларусь (1-1У ступени, возраст –7-21 год): программа физкультурно-спортивного молодежного движения «Олимпийские надежды Беларуси/ В.Н. Кряж, З.С. Кряж. – Мн., 1999. – 376с.
6. Курамшин, Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: учебник / Ю.Ф. Курамшин. – М.: Советский спорт, 2007. – 464 с.
7. Максименко, А. М. Теория и методика физической культуры: учебник / А. М. Максименко. – М.: Физическая культура, 2005. – 544 с.
8. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет: учеб. для высш. спец. физкультур. учеб. заведений / Л. П. Матвеев. – 4-е изд., стереотип. – СПб.: Лань; М.: Омега-Л, 2004. – 160 с.
9. Соколов, В.А. Занятия массовыми видами спорта с оздоровительной направленностью: учебное пособие / В.А. Соколова, А.Г. Фурманова. – Минск: БГОИФК, 1986. – 58с.
10. Федотов, Ю.Н. Спортивно-оздоровительный туризм: учебник/ Ю.Н. Федотов, И.Е. Востоков. – М.: Советский спорт, 2003. – 328с.
11. Фурманов, А.Г. Оздоровительная физическая культура: учебник для студентов вузов / А.Г. Фурманов, М.Б. Юспа. – Минск: Тесей, 2003. – 528 с.
12. Фурманов, А.Г. Методика массовой физкультурно-оздоровительной работы/ А.Г. Фурманов. – Мн.: БГОИФК, 1986. – 81 с.
13. Фурманов, А.Г. Теория и методика физического воспитания: пособие / А.Г. Фурманов, М.М. Круталевич, Л.И. Кузьмина; под общ. ред. А.Г. Фурманова, М.М. Круталевича. – Минск: БГПУ, 2014. – 416с.
14. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений/ Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Академия, 2008. – 480 с.

### **Дополнительная:**

1. Закон Республики Беларусь «О физической культуре и спорте». Мн., 2014.

2. Государственный физкультурно-оздоровительный комплекс Республики Беларусь / М – во спорта и туризма Респ. Беларусь, Респ. учебн. – метод. центр физ. воспитания населения. - Минск: РУМЦ, 2008 – 54 с.

3. Государственный физкультурно-оздоровительный комплекс Республики Беларусь / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Респ. учебн.-метод. центр физ. воспитания населения. – Минск: РУМЦ, 2008 – 54 с.

4. Оздоровительно-рекреативная физическая культура. Части I,II,III,IV. – Мн.: АФВиС РБ, 1994-1995. – 284с.

**Образец оформления титульного листа**

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

Учреждение образования  
«Белорусский государственный педагогический университет  
имени Максима Танка»

Факультет физического воспитания

Кафедра теории и методики физической культуры

**ОТЧЕТНАЯ ДОКУМЕНТАЦИЯ  
ПО ПРЕДДИПЛОМНОЙ ПРАКТИКЕ**

**для специальности:**

1-88 01 02 Оздоровительная и адаптивная физическая культура

**направление специальности:**

1-88 01 02-01 Оздоровительная и адаптивная физическая культура  
(оздоровительная)

База практики: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Студента(ки) \_\_\_\_ курса \_\_\_\_ группы  
факультета физического воспитания  
\_\_\_\_\_ формы получения образования

\_\_\_\_\_ (Ф.И.О. студента)

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

Минск , 20 \_\_\_\_

**Содержание**

На странице приводится содержание отчета с указанием порядкового номера страниц:

**СОДЕРЖАНИЕ**

1.Индивидуальный план прохождения практики .....	5
2.План-график распределения учебного материала на год.....	7
3.Отчет о деятельности за данный период практики.....	23
13.Отчет от руководителя практикой в физкультурно-оздоровительном учреждении.....	25

**Индивидуальный план**

прохождения преддипломной практики по специализации студента \_\_\_\_ группы \_\_\_\_ курса \_\_\_\_\_ формы получения образования факультета физического воспитания

\_\_\_\_\_  
(Ф. И. О студента)

№ пп	Содержание работы	Сроки выполнения задания	Отметка о выполнении
1	2	3	4
	Перечисляются все виды работ, представленные в разделе	Даты (продолжительность)	Роспись руководителя

В индивидуальный план студенты включают сроки проведения совещания бригад, выполнение заданий по организационно-управленческой работе, участие в подготовке и проведении различных мероприятий, судействе соревнований и т.д. Этот документ позволяет оптимально распределять, учитывать и контролировать работу в течение всего периода практики.

В индивидуальном плане должны быть отражены следующие разделы:

**1) организационная работа:**

-участие в установочной конференции по практике. Ознакомление с материально-технической базой и руководством практики. Беседа с директором базы практики. Ознакомление с содержанием и методикой работы

в физкультурно-оздоровительных группах. Ознакомление с планирующей и учетной документацией базы практики. Наблюдения за организацией и методикой проведения занятий в ФОГ и секциях по видам спорта и т.п.

**2) Учебная работа:**

-разработка плана-графика учебно-тренировочного процесса в физкультурно-оздоровительных группах (ФОГ) на текущий учебный год. Разработка поурочного плана-графика учебно-тренировочного процесса в ФОГ на период практики. Составление планов-конспектов(в количестве 8 шт.). Анализ функционального состояния занимающихся в ФОГ. Ведение дневника прохождения практики. Проведение в качестве помощника инструктора занятий в ФОГ. Самостоятельное проведение занятий в ФОГ. Педагогический анализ проведения занятий товарищами по бригаде. Проведение хронометрирования занятия, проведение пульсометрии.

**3) Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа:**

-участие в физкультурно-оздоровительном или спортивно-массовом мероприятии (празднике, дне здоровья, спартакиаде, кроссе, соревнованиях по видам спорта и др.). Разработка календарного плана проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий на базах практики на текущий учебный год. Разработка положения о соревнованиях по одному из видов спорта. Разработка плана-сценария проведения соревнований по виду спорта.

**Приложение Г**

**Примерный план-график распределения учебного материала на год, на месяц**

Содержание занятий	Часы	Месяц (в часах)									
		Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	апрель	Май	Июнь
1.Теория											
2.Практика											
3.Тестирование											

**Примерный план график распределения учебного материала на квартал**

Содержание занятий	Номера занятий и распределение учебного материала (в минутах)							
	1	2	3	4	5	6	7	8

*План-график* распределения учебного материала разрабатывается по определенному виду спорта в соответствии с программой занятий.

В соответствии с ним разрабатывается план-график распределения учебного материала на квартал, в соответствии с которым разрабатываются планы-конспекты тренировочных занятий.

#### *Приложение Д*

**Сценарий проведения массового физкультурно-оздоровительного мероприятия включает следующие разделы:**

1. Цель и задачи
2. Руководство
3. Сроки и место проведения
4. Участники мероприятия
5. Программа мероприятия
6. Определение победителей
7. Награждение
8. Сроки подачи заявок.

#### *Приложение Е*

**План подготовки и проведения мероприятия**  
(оформляется по следующей форме)

№ п/п	Мероприятия	Ответственный за выполнение	Сроки	Отметка о выполнении

#### *Приложение Ж*

**Календарный план физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий**  
(заполняется по следующей форме)

№ пп	Название мероприятия	Сроки проведения	Место проведения	Проводящие организации	Примечание
1	2	3	4	5	6

### Приложение 3

#### План анализа массового физкультурно-оздоровительного и спортивного мероприятия

Анализ включает следующие положения:

1. Соответствие данного физкультурно-оздоровительного мероприятия календарному плану.
2. Насколько решены поставленные задачи (массовость, доступность программы, пропаганда занятий физическими упражнениями и др.).
3. Физическая и спортивная подготовленность участников.
4. Эффективность организационно-подготовительных мероприятий:
  - документационное обеспечение (положение, сценарий, рабочий план подготовки, протоколы, афиши и т.д.);
  - материально-техническое обеспечение (оборудование и инвентарь, оформление мест соревнований, безопасность участников и зрителей, призы и т.п.);
  - кадровое обеспечение (количество судей, их компетентность и др.).
5. Оперативность и объективность подведения итогов соревнования, награждение победителей.
6. Общая оценка проведения мероприятия.
7. Предложения по совершенствованию.

### Приложение И

#### ПЛАН-КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ

Дата «        » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

Задачи занятия \_\_\_\_\_

№	Содержание	Дозировка	ОМУ

### Приложение К

#### ПРОТОКОЛ ХРОНОМЕТРИРОВАНИЯ ЗАНЯТИЯ

Занятие проводил студент \_\_\_\_\_

Дата «        » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

Задачи занятия \_\_\_\_\_

Виды деятельности	Показатели секундомера	Объяснение и показ инструктора	Выполнение упражнения	Вспомогательные действия	Пассивный отдых	Простой
Начало занятия	0'00"					

### ХРОНОКАРТА ПЛОТНОСТИ ЗАНЯТИЯ

Виды деятельности	Общее время (мин, сек)	В процентах к общей продолжительности занятия (%)	Плотность занятия		
			Условные обозначения	Во времени и (мин)	В процентах (%)
Выполнение упражнения			Общая плотность занятия		
Объяснение и показ инструктора					
Вспомогательные действия					
Пассивный отдых			Нерационально затраченное время		
Простой					

**ОП** (Общая плотность) =

**МП** (моторная плотность) =

### АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ХРОНОМЕТРИРОВАНИЯ

Оценка руководителя от кафедры \_\_\_\_\_ Подпись \_\_\_\_\_

### ПРОТОКОЛ ПУЛЬСОМЕТРИИ

Занятие проводил студент \_\_\_\_\_

Дата « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

Наблюдения проводились за занимающимся \_\_\_\_\_

Задачи занятия \_\_\_\_\_

ЧСС за 5 минут до занятия в покое \_\_\_\_\_ ударов в минуту

Виды деятельности	Время измерения по минутам	ЧСС за 10 с	ЧСС за 1 мин
В покое до занятия			

ЧСС через 5 мин после окончания урока в покое \_\_\_\_\_ ударов в минуту



**АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ПУЛЬСОМЕТРИИ**

Оценка руководителя от кафедры \_\_\_\_\_

Подпись \_\_\_\_\_

**ДНЕВНИК САМОКОНТРОЛЯ ЗАНИМАЮЩЕГОСЯ  
(ПРИМЕРНЫЙ ОБРАЗЕЦ)**

№ пп	Показатели самоконтроля	Месяц и дни тренировок
<i><b>Субъективные</b></i>		
1.	Самочувствие и настроение	
2.	Работоспособность	
3.	Болевые ощущения	
4.	Сон	
5.	Аппетит	
6.	Настроение и желание заниматься физическими упражнениями	
<i><b>Объективные</b></i>		
7.	Показатели физического развития Рост (см) Вес (кг) ЖЕЛ (л)	
8.	Функциональное состояние Частота пульса в 1 мин (утром, перед занятиями, после окончания занятий, через 5 мин после окончания занятий). Артериальное давление (до и после занятий). Другие показатели	
9.	Физическая подготовленность Бег 100 м Поднимание туловища из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены Бег 2000 м	

**Примерное содержание письменного отчета  
о выполнении программы практики  
по направлению специальности  
ОТЧЕТ**

Студента(ки) \_\_ курса \_\_\_\_\_ формы получения образования факультета  
физического воспитания

Во время практики студенты совершенствуют свои практические умения и навыки с различным континентом занимающихся. Студенты с позиции собственных знаний в области оздоровительной физической культуры и проведенной практики могут критически оценить как содержание заданий практики, так и уровень организации работы в учреждениях. Все положения, заслуживающие внимания с точки зрения совершенствования практики (*например*, другие задания, сроки практики, вопросы улучшения организации, материально-техническая база учреждения и др.), студенты представляют в последнем разделе своего отчета.

**УТВЕРЖДАЮ**

\_\_\_\_\_  
(руководитель организации)

1. Отвечает ли необходимым требованиям база, где Вы проходили практику (методическое обеспечение, контингент, состав методистов и т.п.)?
2. Сведения о количестве проведенных Вами мероприятий и об участии в них.
3. Анализ проведения совещаний различного уровня.
4. Участие в обсуждении проводимых мероприятий и их оценка.
5. Что было наиболее трудным для Вас?
6. В подготовке, каких мероприятий (исследований) и их проведении Вы участвовали? В какой роли?
7. Были ли трудности при составлении отчетной документации? Какие?
8. Что в практике оказалось для Вас наиболее трудным и что далось легко?
9. Как Вы оцениваете свою подготовленность к практике?
10. Какие новые знания, умения Вы приобрели или усовершенствовали в процессе практики? В чем Вы видите пользу практики?
11. Ваши замечания и предложения по содержанию организации практики.

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

.....

\_\_\_\_\_  
подпись непосредственного  
руководителя от организации

**Письменный отзыв руководителя практики от организации о  
прохождении практики студентом**

Учреждение образования  
«Белорусский государственный педагогический университет  
имени Максима Танка»

**ОТЗЫВ**

\_\_\_\_\_  
(Ф.И.О.)  
Студента(ки) \_\_\_\_\_ курса, \_\_\_\_\_ группы, факультета физического воспитания  
В период практики \_\_\_\_\_  
с «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. по «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. студент(ка) проявил(а) себя

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
(Оценка отношения к практике, своевременность выполнения заданий и поручений, уровень теоретической и практической подготовленности, качество выполнения программы практики, активность в работе, инициативность, дисциплинированность)

Проведенные практикантом мероприятия показали \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(Организаторские умения и навыки, творческий подход к выполнению заданий, инициативность и активность в организации различных мероприятий и исследований, участие в санитарно-просветительской работе и др.)

Деятельность студента(ки) \_\_\_\_\_  
в период практики оценена на \_\_\_\_\_

Непосредственный руководитель  
практики от организации \_\_\_\_\_  
(подпись) (расшифровка)

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

