

федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Мурманский арктический государственный университет»
(ФГБОУ ВО «МАГУ»)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРАКТИКИ

Б2.О.01(У) Учебная практика, ознакомительная практика

(название дисциплины (модуля) в соответствии с учебным планом)

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Направленность (профили) Физическая культура. Безопасность жизнедеятельности

(код и наименование направления подготовки
с указанием направленности (наименования магистерской программы))

высшее образование – бакалавриат

уровень профессионального образования: высшее образование – бакалавриат / высшее образование –
специалитет, магистратура / высшее образование – подготовка кадров высшей квалификации

бакалавр

квалификация

очная

форма обучения

2021

год набора

Составитель(и): (указывается ФИО,
ученое звание, степень, должность)
Чуракова А.В., ст. преподаватель
кафедры физической культуры, спорта
и безопасности жизнедеятельности

Утверждена на заседании кафедры
физической культуры, спорта и безопасности
жизнедеятельности факультета
физической культуры
и безопасности жизнедеятельности
(протокол № 9 от 24.03.2021 г.)
Переутверждена на заседании кафедры
физической культуры, спорта и безопасности
жизнедеятельности факультета физической
культуры и безопасности жизнедеятельности
(протокол № 12 от 28.06.2021 г., № 9 от
11.05.2022 г.)
Зав. кафедрой



подпись

Ерохова Н.В.
Ф.И.О.

1. ВИД, ТИП, ФОРМЫ И СПОСОБ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИКИ

Вид практики – учебная;

Тип практики – ознакомительная;

Способ – стационарная, выездная

Форма проведения – практическая подготовка; дискретно.

2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ПРАКТИКИ

Цель – формирование профессиональных умений и навыков, необходимых будущим педагогам по физической культуре и педагогам по безопасности жизнедеятельности, тренерам для успешного проведения учебных занятий, спортивно-массовых и спортивно-оздоровительных мероприятий по лыжному спорту.

Задачами учебной практики, ознакомительной практики являются:

- приобретение знаний, умений и навыков, необходимых для успешной самостоятельной организационной и педагогической работы с обучающимися в общеобразовательных школах и ДЮСШ по лыжной подготовке и лыжному спорту;
- приобретение знаний, умений и навыков, необходимых для успешной самостоятельной организационной и педагогической работы с обучающимися в общеобразовательных школах с учетом специфики педагогической деятельности педагога по безопасности жизнедеятельности;
- формирование умений в организации и проведении физкультурно-массовых и спортивно-оздоровительных мероприятий на лыжах.

3. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ПРАКТИКЕ (МОДУЛЮ), СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ.

В результате прохождения данной практики у обучающегося формируются следующие компетенции.

Компетенция	Формулировка компетенции/Индикаторы компетенций	Содержание компетенции
УК-2 - способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.	УК-2.1. Формулирует задачи в соответствии с целью проекта, выявляет и анализирует различные способы их решения в рамках проекта, аргументируя свой выбор УК-2.2. Демонстрирует знание правовых норм достижения поставленной цели в сфере реализации проекта УК-2.3. Демонстрирует умение определять имеющиеся ресурсы и ограничения для достижения цели проекта	Знать: методы, приемы, инновационные образовательные технологии проведения внеурочных, внешкольных воспитательных мероприятий; Уметь: анализировать занятия опытных наставников-инструкторов, руководителей физического воспитания, студентов-практикантов, анализировать собственную педагогическую деятельность; работать с психолого-педагогической и методической литературой. Владеть: навыками составления документов планирования учебно-воспитательного процесса в образовательных учреждениях различного типа.
УК-3 - способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.	УК-3.1. Понимает эффективность использования стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели, определяет свою роль в команде УК-3.2. Планирует последовательность шагов для	Знать: особенности формирования двигательных навыков и развития физических качеств при занятиях лыжным спортом; Уметь: планировать и осуществлять спортивную подготовку по лыжному спорту с учетом возрастных особенностей; Владеть: навыками использования

	достижения заданного результата. УК-3.3. Демонстрирует умение осуществлять обмен информацией, выстраивать стратегию и тактику взаимодействия с другими членами команды, осуществлять презентацию результатов работы команды	разнообразных средств, форм, методов организации работы по лыжному спорту с учетом возрастных, индивидуальных и психологических особенностей занимающихся
УК-6 - способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.1. Определяет свои личные ресурсы, возможности и ограничения для достижения поставленной цели УК-6.2. Создает и достраивает индивидуальную траекторию саморазвития при получении профессионального образования	Знать: методы, приемы, инновационные образовательные технологии проведения внеурочных, внешкольных воспитательных мероприятий; Уметь: организовать оздоровительную и физкультурно-массовую работу по лыжному спорту; Владеть: навыками применения практических приемов организации и проведения учебной и методической работы в образовательных учреждениях различного типа; навыками организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивных праздников, учебно-тренировочных занятий
УК-7 - способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	УК-7.1. Владеет основами физической культуры и спорта для осознанного выбора и применения здоровьесберегающих технологий УК-7.2. Демонстрирует необходимый уровень физической подготовленности для самореализации в профессиональной деятельности, соблюдает нормы здорового образа жизни	Знать: причины травматизма и пути его предупреждения при занятиях лыжным спортом; приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций. Уметь: проводить профилактическую работу по предупреждению травматизма на уроках по физической культуре и безопасности жизнедеятельности; применять методы педагогического, научного и врачебного контроля за обучающимися; Владеть: навыками организации и проведения занятий и соревнований по лыжному спорту в соответствии с содержанием действующих программ и спецификой контингента занимающихся; навыками организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивных праздников, учебно-тренировочных занятий
УК-8 - способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК-8.1. Обеспечивает безопасные и / или комфортные условия труда на рабочем месте. УК-8.2. Выявляет и устраняет проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте. УК-8.3. Осуществляет действия по предотвращению возникновения чрезвычайных ситуаций (природного и техногенного происхождения) на рабочем месте. УК-8.4. Принимает участие в спасательных и неотложных аварийно-восстановительных мероприятиях в случае возникновения чрезвычайных ситуаций.	Знать: основы планирования и проведения учебных занятий на уроках физической культуры и безопасности жизнедеятельности; Уметь: формулировать конкретные задачи преподавания физической культуры и безопасности жизнедеятельности в учреждениях образования с учетом состояния здоровья, возраста, уровня физического развития и физической подготовленности обучающихся, имеющихся условий для занятий; составлять документы планирования и контроля. Владеть: навыками составления документов планирования учебно-воспитательного процесса в образовательных учреждениях различного типа.
УК-9 - способен принимать обоснованные экономические решения	УК-9.1. Оперирует понятиями инклюзивной компетентности, ее компонентами и структурой; понимает особенности применения	Знать: понятия инклюзивной компетентности. Уметь: планировать профессиональную деятельность совместно с лицами с ограниченными возможностями здоровья и

<p>в различных областях жизнедеятельности</p>	<p>базовых дефектологических знаний в социальной и профессиональной сферах. УК-9.2. Планирует профессиональную деятельность совместно с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами. УК-9.3. Взаимодействует в социальной и профессиональной сферах с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами.</p>	<p>инвалидами. Владеть: навыками взаимодействия в социальной и профессиональной сферах с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами.</p>
<p>УК-10 - способен формировать нетерпимое отношение к коррупционному поведению</p>	<p>УК-10.1. Понимает базовые принципы функционирования экономики и экономического развития, цели и формы участия государства в экономике. УК-10.2. Применяет методы личного экономического и финансового планирования для достижения текущих и долгосрочных финансовых целей, использует финансовые инструменты для управления личными финансами (личным бюджетом), контролирует собственные экономические и финансовые риски. УК-10.3. Знаком с основными документами, регламентирующими экономическую деятельность; источниками финансирования профессиональной деятельности; принципами планирования экономической деятельности.</p>	<p>Знать: основные документы, регламентирующие экономическую деятельность; источники финансирования профессиональной деятельности; принципами планирования экономической деятельности. Уметь: применять методы личного экономического и финансового планирования для достижения текущих и долгосрочных финансовых целей, использует финансовые инструменты для управления личными финансами (личным бюджетом), контролирует собственные экономические и финансовые риски. Владеть: базовыми принципами функционирования экономики и экономического развития, цели и формы участия государства в экономике.</p>
<p>ОПК-3 - способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.</p>	<p>ОПК-3.1. Демонстрирует умение определять и формулировать цели и задачи учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов ОПК-3.2. Применяет различные приемы мотивации и рефлексии при организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями ОПК-3.3. Определяет и применяет формы, методы, приемы и средства организации учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями</p>	<p>Знать: особенности формирования двигательных навыков и развития физических качеств при занятиях лыжным спортом; Уметь: формулировать конкретные задачи преподавания физической культуры и безопасности жизнедеятельности в учреждениях образования с учетом состояния здоровья, возраста, уровня физического развития и физической подготовленности обучающихся, имеющихся условий для занятий; составлять документы планирования и контроля. Владеть: навыками использования разнообразных средств, форм, методов организации работы по лыжному спорту с учетом возрастных, индивидуальных и психологических особенностей занимающихся.</p>
<p>ОПК-7 - способен взаимодействовать с участниками</p>	<p>ОПК-7.1. Определяет права и обязанности участников образовательных отношений в</p>	<p>Знать: правила проведения соревнований по лыжным гонкам; приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях</p>

образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ.	рамках реализации образовательных программ, в том числе в урочной деятельности, внеурочной деятельности, коррекционной работе ОПК-7.2. Умеет выстраивать конструктивное общение с коллегами и родителями по вопросам индивидуализации образовательного процесса	чрезвычайных ситуаций. Уметь: организовать оздоровительную и физкультурно-массовую работу по лыжному спорту с различными возрастными группами; обеспечивать охрану здоровья обучающихся, их физическое развитие, безопасность жизни и жизнедеятельности Владеть: навыками организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивных праздников, учебно-тренировочных занятий.
ОПК-9 - способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности.	ОПК-9.1. Применяет современные информационные технологии для сбора информации при решении профессиональных задач. ОПК-9.2. Находит, и рационально применяет информацию, необходимую для решения поставленной задачи профессиональной деятельности. ОПК-9.3. Критически анализирует различные варианты решения задачи с учетом их преимуществ и недостатков. ОПК-9.4. Определяет и оценивает практические последствия возможных решений задачи профессиональной деятельности.	Знать: современные информационные технологии для сбора информации при решении профессиональных задач. Уметь: находить, и рационально применять информацию, необходимую для решения поставленной задачи профессиональной деятельности. Владеть: навыками критически анализировать различные варианты решения задачи с учетом их преимуществ и недостатков.

4. УКАЗАНИЕ МЕСТА ПРАКТИКИ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ.

Программа учебной практики, ознакомительная практика относится к блоку 2 «Практика», который в полном объеме относится к обязательной части программы.

5. ОБЪЕМ ПРАКТИКИ (МОДУЛЯ) В ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦАХ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА НЕДЕЛЬ, ВЫДЕЛЕННЫХ НА КОНТАКТНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы или 2 недели (из расчета 1 неделя = 1,5 з.е.). Согласно, учебного плана проводится на 1 курс, в 2 семестре.

№ п/п	Раздел (этап) практики	Недели
1	Организационный этап	Первая половина первой недели
2	Основной этап	Вторая половина первой недели, первая половина второй недели
3	Заключительный этап	Вторая половина второй недели

6. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ (МОДУЛЯ), СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ЭТАПАМ (РАЗДЕЛАМ).

Этап, раздел практики	Формируемая компетенция	Содержание
Организационный	УК-2 УК-8 ОПК-7	1. Установочная конференция для разъяснения целей, задач, содержания и порядка прохождения практики 2. Инструктаж по технике безопасности. 3. Разработка индивидуального задания.
Основной	УК-3	1. Проведение подвижной игры/эстафеты на

	УК-6 УК-7 УК-8 УК-9 УК-10 ОПК-3 ОПК-9	<i>лыжах.</i> <i>2. Участие в подвижных играх/эстафетах на лыжах.</i> <i>3. Участие в соревнованиях по лыжному спорту/лыжному походе.</i> <i>4. Организация и проведение соревнований по лыжному спорту.</i> <i>5. Организация и проведение лыжного похода.</i>
Заключительный	УК-6 УК-8 ОПК-7	<i>1. Карточки подвижной игры/эстафеты на лыжах.</i> <i>2. Документация к соревнованиям по лыжному спорту.</i> <i>3. Документация по лыжному походу.</i> <i>4. Отчет по практике.</i>

7. МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИКИ.

Практика проводится в форме дискретно, предполагающей работу обучающегося в качестве инструктора по физической культуре и педагога-организатора по безопасности жизнедеятельности

Практика проводится с отрывом от аудиторных занятий.

В качестве базы выступает Мурманский арктический государственный университет.

8. ФОРМЫ ОТЧЕТНОСТИ

По окончании практики обучающиеся должны предоставить руководителю по практической подготовке всю необходимую документацию, которая оформляется в папку, в соответствии с указанным перечнем:

1. Индивидуальное задание.
2. Рабочий график (план).
3. Дневник.
4. Отчет.
5. Характеристика руководителя по практической подготовке от Профильной организации
6. Приложения.

В случае нарушения сроков предоставления отчетной документации обучающимися и/или некачественного ее оформления руководитель по практической подготовке имеет право снизить итоговую оценку за практику данному обучающемуся и зафиксировать обоснование в учетной карточке обучающегося.

9. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ И РЕСУРСОВ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИКИ

Основная литература:

1. Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии : учебное пособие для СПО / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 246 с. — — Режим доступа: <https://biblio-online.ru/book/497E7F11-5C56-48CF-9365-3D4BFB65DF93/teoriya-i-metodika-fizicheskogo-vospitaniya-ozdorovitelnye-tehnologii>

2. Жданкина, Е. Ф. Физическая культура. Лыжная подготовка : учебное пособие для вузов / Е. Ф. Жданкина, И. М. Добрынин ; под науч. ред. С. В. Новаковского. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 125 с. — Режим доступа: <https://biblio->

Дополнительная литература:

3. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 246 с. — (Университеты России). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/ozdorovitelnye-tehnologii-v-sisteme-fizicheskogo-vospitaniya-438400

10. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ПРАКТИКИ, ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ (ПРИ НЕОБХОДИМОСТИ):

- ЭБС издательства «Лань» <https://e.lanbook.com>
- ЭБС издательства «Юрайт» <https://biblio-online.ru>
- ЭБС «Университетская библиотека онлайн» <https://biblioclub.ru>
- Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс <http://www.consultant.ru>
- ООО «Современные медиа технологии в образовании и культуре». <http://www.informio.ru>

Лицензионное программное обеспечение отечественного производства:

- Kaspersky Anti-Virus

Лицензионное программное обеспечение зарубежного производства:

- MS Office;
- Windows 7 Professional;
- Windows 10

Свободно распространяемое программное обеспечение отечественного производства:

- 7Zip;
- DJVuReader;
- FAR Manager

Свободно распространяемое программное обеспечение зарубежного производства:

- Adobe Reader;
- FlashPlayer;
- K-Lite_Codec_Pack;
- Mozilla FireFox;
- VLC

11. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ: (без учета МТО на базах практик)

– учебные аудитории для проведения учебных занятий, оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения: учебная мебель, ПК, оборудование для демонстрации презентаций, наглядные пособия;

– помещения для самостоятельной работы обучающихся, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду МАГУ.

12. ИНЫЕ СВЕДЕНИЯ И МАТЕРИАЛЫ

Не предусмотрено.

13. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ДЛЯ ЛИЦ С ОВЗ

Для обеспечения образования инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья реализация дисциплины может осуществляться в адаптированном виде, с учетом специфики освоения и дидактических требований, исходя из индивидуальных возможностей и по личному заявлению обучающегося.