МИНОБРНАУКИ РОССИИ

ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

КАФЕДРА СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН

Рабочая программа практики

УЧЕБНАЯ ПРАКТИКА ПО ПОЛУЧЕНИЮ НАВЫКОВ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ РАБОТЫ

Направление и направленность (профиль)
49.03.01 Физическая культура. Спорт и фитнес

Год набора на ОПОП
2022

Форма обучения
заочная

Вид практики: учебная

Владивосток 2026

Программа практики «Учебная практика по получению навыков исследовательской работы» составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (утв. приказом Минобрнауки России от 19.09.2017г. №940) и Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры (утв. приказом Минобрнауки России от 06.04.2021 г. N245).; Положением по практике обучающихся, осваивающих основные профессиональные образовательные программы высшего образования (утв. приказом Минобрнауки России от 05.08.2020г. N 390).'

Составитель(и):

Горбунова О.В.

Гудков Ю.Э.

Мазитова Н.В.

Утверждена на заседании кафедры спортивно-педагогических дисциплин от 23.04.2026 , протокол № 8

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий кафедрой (разработчика)

Барабаш О.А.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат	1575558447
Номер транзакции	0000000000F7323B
Владелец	Барабаш О.А.

Заведующий кафедрой (выпускающей) _____ _____

подпись *фамилия, инициалы*

1 Цель и планируемые результаты обучения при прохождении практики, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП ВО

Целью учебной практики по получению навыков исследовательской работы является закрепление первичных профессиональных знаний и умения студентов (в том числе и в научно-исследовательской деятельности), полученных в ходе теоретического обучения, развивать первичные практические умения в проектировании, организации и проведении учебно-воспитательного процесса.

Задачи дисциплины:

- формировать умения находить и критически анализировать информацию, необходимую для решения поставленных педагогических задач;
- способность осуществлять и обосновывать выбор проектных решений;
- формировать у студентов первичные профессиональные умения и навыки научно-исследовательской деятельности в условиях работы конкретного образовательного учреждения.

По итогам прохождения практики обучающийся должен продемонстрировать результаты обучения (знания, умения, навыки), соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП ВО, приведенные в таблице 1.

Таблица 1 – Компетенции, формируемые в результате прохождения практики

Название ОПОП ВО, сокращенное	Код и формулировка компетенции	Код и формулировка индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине	
			Код результата	Формулировка результата
49.03.01 «Физическая культура» (Б-ФЗ)				

2 Вид практики, способы и формы её проведения

Вид практики: учебная
Способ проведения практики: стационарная
Форма проведения практики: Дискретно по видам практики

3 Объем практики и ее продолжительность

Объем практики в зачетных единицах с указанием семестра (ОФО)/ курса (ЗФО, ОЗФО) и продолжительности практики по всем видам обучения, приведен в таблице 2.

Таблица 2 – Общая трудоемкость практики

Название ОПОП ВО	Форма обучения	Часть УП	Семестр/ курс	Трудоемкость (з.е.)	Продолжительность практики
49.03.01 Физическая	ЗФО	Б2.Б.У.1	1	3	3 (недель)

культура. Спорт и фитнес					

4 Место практики в структуре ОПОП ВО

Учебная практика по получению навыков исследовательской работы является обязательным видом учебной работы бакалавра и относится к обязательной части учебного плана по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура. Направленность (профиль) Спорт и фитнес.

5 Содержание практики

5.1 Структура (этапы) прохождения практики

№ п/п	Этапы практики	Формы работ, в т.ч. контактные	Трудо-емкость в часах
1	Подготовительный этап	Организационное собрание по практике	1
		Инструктаж по технике безопасности.	1
		Согласование рабочего графика с руководителем практики от образовательного учреждения и университета.	1
		Экскурсия по образовательному учреждению. Определение рабочего места, распорядка дня и служебных обязанностей студента-практиканта.	2
		Ознакомление с правилами внутреннего распорядка организации.	1
		Составление плана работы.	2
		Первичный инструктаж на рабочем месте.	1
2	Исследовательский (эмпирический)	Мероприятия по сбору, обработке и систематизации фактического материала, наблюдения, измерения.	28
		Консультации с руководителем практики от предприятия учреждения и университета.	3
		Выполнение производственных заданий.	20
3	Аналитический	Мероприятия по сбору, обработке и систематизации фактического и литературного материала, наблюдения, измерения, аналитическая и проектная работа.	20
		Контактная работа с руководителем практики от предприятия учреждения и университета.	3
4	Заключительный	Анализ, обработка и систематизации полученных данных.	14
		Оформление отчета о практике.	10
		Защита отчета по практике.	1
	ИГОГО		108

5.2 Задание на практику

№ задания	Название задания	Перечень задач по заданию	Форма отчетности	Планируе результаты
Задание 1	Знакомство с образовательным учреждением	Ознакомление со спецификой функционирования образовательного учреждения в целом.	Предоставить общие сведения об образовательном учреждении в виде	Умение находить актуальную информацию систематизиров

			оформленной таблицы.	оформлять составляющие компоненты соответствии требованиями
		Ознакомление организацией и содержанием учебно-воспитательного процесса в учреждении.	Предоставить сведения об учебно-воспитательном процессе в виде оформленной таблицы.	
		Дать подробную характеристику системе физического воспитания в учреждении.	Предоставить развернутые сведения о структуре и содержании физического воспитания в учреждении в виде оформленной таблицы.	
Задание 2	Педагогическое наблюдение	Наблюдение и анализ урока по физической культуре в разрезе применения различных видов учебной деятельности	Предоставить заполненные бланки (протоколы) наблюдения в соответствии с требованиями по отчетной документации	Умение наблюдать элем педагогической реальности в ра ее дидактиче компонентов. Умение анализировать оценивать адекватность средств и мет решаемым педагогическим задачам.
		Наблюдение и анализ урока по физической культуре в разрезе нагрузочных параметров		
		Наблюдение и анализ урока по физической культуре в разрезе соответствия применяемых средств и методов поставленным задачам		
Задание 3	Хроно-метрирование	Подготовить и провести процедуру хронометрирования урока по физической культуре	Предоставить заполненные протоколы хронометрирования с приложением аналитической и оценочной характеристики урока	Умение измерять исследовать педагогические процессы, формулировать оценивать результаты измерений
		На основе полученных данных дать аналитическую и оценочную характеристику моторной плотности урока		

Задание 4	Пульсометрия	Подготовить и провести процедуру пульсометрии урока по физической культуре На основе полученных данных дать аналитическую и оценочную характеристику динамики нагрузки	Предоставить заполненные протоколы пульсометрии с приложением аналитической и оценочной характеристики урока	Умение применять измерительные инструменты исследования педагогических процессов, формулировать оценивать результаты измерений
Задание 5	Познавательные интересы учащихся	Подготовить и провести исследование познавательных интересов учащихся на уроке физической культуры На основе полученных данных дать аналитическую и оценочную характеристику видам учебной деятельности	Предоставить заполненные протоколы наблюдения познавательных интересов учащихся с приложением аналитической и оценочной характеристики видам учебной деятельности	Умение наблюдать интерпретирова рефлексивные состояния учащ во время уче воспитательного процесса, формулировать оценивать результаты наблюдений
Задание 6	Педагогическое тестирование	Подготовить и провести исследование уровня физической подготовленности (УФП) учащихся На основе полученных данных дать аналитическую и оценочную характеристику физкультурно-оздоровительной работы	Предоставить заполненные протоколы тестирования УФП и приложение с графической интерпретацией полученных результатов (гистограммы процентного соотношения учащихся с различным УФП)	Умение измерять исследовать результаты педагогического воздействия соотносить оценивать физическую подготовленнос учащихся
Задание 7	Групповое проектирование	Организовать и провести с учащимися старших классов разработку и защиту групповых проектов на тему «Физкультурно-оздоровительная среда школы» Составить алгоритм разработки, создания и	Предоставить документацию с алгоритмом разработки, создания и презентации готовых проектов в условия общеобразовательной школы в формате творческого проекта и защитить данный проект	Умение ставить формулировать исследовательск педагогические задачи, организовывать мотивировать учащихся исследовательск деятельность

		презентации готовых проектов в условия общеобразовательной школы		
Задание 8	Отчет по практике	Составить (заполнить) отчетную документацию в соответствии с требованиями Подготовиться выступить с сообщением о ходе, особенностях и результатах прохождения учебной практики	Предоставить документацию отчетную документацию. Выступить на итоговой конференции с сообщением о ходе, особенностях и результатах прохождения учебной практики	Умение декомпозироват поставленные задачи, нахо способы решения, интерпретирова оформлять репрезентирова результаты решения.

6 Формы отчетности по практике

Руководитель практики от кафедры назначает срок сдачи отчета по прохождению практики в течение первых двух недель семестра. По окончании практики студент сдает отчет комиссии, назначенной заведующим кафедрой. В состав комиссии входят минимум 3 человека: заведующий кафедрой, руководитель практики и ведущие преподаватели кафедры.

Аттестация обучающегося по итогам прохождения практики проводится только после сдачи документов по практике на кафедру и фактической защиты отчета.

Защита отчета по практике, как правило, представляет собой краткий, 8-10-минутный доклад студента и его ответы на вопросы руководителя практики. В процессе защиты выявляется:

- качественный уровень прохождения практики,
- инициативность студентов, проявленная в период прохождения практики.

По итогам защиты практики выставляется оценка, о чем делаются соответствующие записи в зачетной ведомости и зачетной книжке.

При защите практики учитывается объем выполнения программы практики, правильность оформления документов, правильность ответов на заданные руководителем практики вопросы.

Отчет по практике является основным документом студента, отражающим выполненную им работу во время практики, полученные им умения и навыки. Отчет по практике студент готовит самостоятельно, заканчивает и представляет его для проверки руководителю практики до ее окончания.

К отчету также прилагается:

1. Задание на учебную практику.
2. Календарный план-график.

Отчет должен быть подписан студентом и руководителем практики.

7 Организация практики и методические рекомендации по выполнению заданий

За время учебной практики студенту необходимо выполнить задание по более углубленному изучению отдельных направлений работы. Задания студентов оформляются в виде календарного плана-графика. Календарный план-график характеризует примерное распределение времени студентов на выполнение отдельных разделов задания практики.

Задание определяется научным руководителем с учетом интересов студентов и должно учитывать направления деятельности студентов во время учебной практики.

Тематика заданий на практику

1. Специфика функционирования образовательного учреждения в современных условиях.

2. Особенности современного урока по физической культуре в разрезе его дидактических компонентов;

3. Оценочные характеристики моторной плотности урока;

4. Измерение и исследование динамики нагрузки;

5. Рефлексивные состояния учащихся в процессе учебно-воспитательного воздействия;

6. Аналитические и оценочные характеристики уровня физической подготовленности учащихся;

7. Технология группового проектирования аспектов физкультурно-оздоровительной деятельности;

8. Творческая репрезентация результатов учебной практики.

Основной частью самостоятельной работы студента является написание отчета по практике. Отчет по учебной практике по получению навыков исследовательской работы в нижеприведенной последовательности должен содержать:

- титульный лист;
- задание на учебную практику;
- содержание (оглавление);
- введение;
- основную часть отчета;
- заключение;
- список использованных источников;
- приложения.

Во введении должны быть отражены:

- цель и время прохождения практики (недель);
- последовательность прохождения практики, перечень работ, выполненных в процессе практики.

Основная часть должна включать:

- описание организации работы в процессе практики;
- описание выполненной работы по разделам программы в обобщенном виде;
- описание практических задач, решаемых студентом за время прохождения учебной практики.

Заключение должно содержать:

- описание навыков, приобретенных за время практики;
- какую помощь оказывали студенту руководители практики.

Объем отчета должен составлять 20-25 страниц (без приложений) текста. Количество приложений не ограничивается и в указанный объем не включается.

Особенности организации обучения для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Практика для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов проводится с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

8 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по практике

В соответствии с требованиями ФГОС ВО для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений планируемым результатам обучения по практике созданы фонды оценочных средств (Приложение 1).

9 Учебно-методическое и информационное обеспечение практики

9.1 Основная литература

1. Научно-методическая деятельность в физической культуре, спорте и туризме : учебное пособие / В. М. Гелецкий, Н. В. Сурикова, С. Н. Чернякова, В. В. Тельных. - Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2022. - 216 с. - ISBN 978-5-7638-4630-0. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/2091866 (Дата обращения - 05.09.2025)

2. Технологии научных исследований в физической культуре и спорте : учебное пособие для вузов / З. С. Варфоломеева, В. Ф. Воробьев, О. Б. Подоляка, А. А. Артеменков. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12321-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/518251 (дата обращения: 01.03.2023).

9.2 Дополнительная литература

1. Данилов А.В., Юламанова Г.М., Емелёва Т.Ф. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учебное пособие : Учебные пособия [Электронный ресурс] : Башкирский государственный педагогический университет им.М. Акмуллы , 2019 - 70 - Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/129825

2. Никитушкин, В. Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта : учебник для вузов / В. Г. Никитушкин. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 232 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07632-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/585483 (дата обращения: 19.05.2026).

9.3 Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", включая профессиональные базы данных и информационно-справочные системы (при необходимости):

1. Образовательная платформа "ЮРАЙТ"
2. Образовательная платформа "ЮРАЙТ" - Режим доступа: https://urait.ru/
3. СПС КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
4. Электронно-библиотечная система "ZNANIUM.COM"
5. Электронно-библиотечная система издательства "Лань" - Режим доступа: https://e.lanbook.com/
6. Open Academic Journals Index (OAJI). Профессиональная база данных - Режим доступа: http://oaji.net/
7. Президентская библиотека им. Б.Н.Ельцина (база данных различных профессиональных областей) - Режим доступа: https://www.prlib.ru/

10 Описание материально-технической базы, необходимой для проведения практики, и перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения (при необходимости)

Основное оборудование:

- Компьютеры
- Физкультурное оборудование

Программное обеспечение:

- ABBYY FineReader 10 Professional Russian
- Microsoft Office 2010 Standard Russian

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

КАФЕДРА СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН

Фонд оценочных средств
для проведения текущего контроля
и промежуточной аттестации по практике

УЧЕБНАЯ ПРАКТИКА ПО ПОЛУЧЕНИЮ НАВЫКОВ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ РАБОТЫ

Направление и направленность (профиль)
49.03.01 Физическая культура. Спорт и фитнес

Год набора на ОПОП
2022

Форма обучения
заочная

Владивосток 2026

1 Перечень формируемых компетенций

Название ОПОП ВО, сокращенное	Код и формулировка компетенции	Код и формулировка индикатора достижения компетенции
49.03.01 «Физическая культура» (Б-ФЗ)		

Компетенция считается сформированной на данном этапе в случае, если полученные результаты обучения по дисциплине оценены положительно (диапазон критериев оценивания результатов обучения «зачтено», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично»). В случае отсутствия положительной оценки компетенция на данном этапе считается несформированной.

2 Показатели оценивания планируемых результатов обучения

Таблица заполняется в соответствии с разделом 1 Рабочей программы дисциплины (модуля).

3 Перечень оценочных средств

Таблица 3 – Перечень оценочных средств по практике

Контролируемые планируемые результаты обучения		Наименование оценочного средства и представление его в ФОС	
		Текущий контроль	Промежуточная аттестация
РД1	Умение : выделять и систематизировать основные идеи в научных текстах; критически оценивать полученную информацию, вне зависимости от источника	Собеседование	Отчет по практике
РД2	Навык : Владеет способами декомпозиции цели на педагогические и воспитательные задачи, выделяя их основные и второстепенные аспекты	Практическая работа	Отчет по практике

4 Описание процедуры оценивания

Качество сформированности компетенций на данном этапе оценивается по результатам текущих и промежуточных аттестаций при помощи количественной оценки, выраженной в баллах. Максимальная сумма баллов по практике равна 100 баллам.

Распределение баллов по видам учебной деятельности

Вид учебной деятельности	Оценочное средство			
	Задание на практические работы	Собеседование	Отчет по практике	Итого
Практика	20	40	-	60
Промежуточная аттестация	-	-	40	40
Итого	20	40	40	100

Сумма баллов, набранных студентом по всем видам учебной деятельности в рамках дисциплины, переводится в оценку в соответствии с таблицей.

Сумма баллов по дисциплине	Оценка по промежуточной аттестации	Характеристика качества сформированности компетенции
от 91 до 100	«зачтено» / «отлично»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций, обнаруживает всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, усвоил основную литературу и знаком с дополнительной литературой, рекомендованной программой, умеет свободно выполнять практические задания, предусмотренные программой, свободно оперирует приобретенными знаниями, умениями, применяет их в ситуациях повышенной сложности.
от 76 до 90	«зачтено» / «хорошо»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций: основные знания, умения освоены, но допускаются незначительные ошибки, неточности, затруднения при аналитических операциях, переносе знаний и умений на новые, нестандартные ситуации.
от 61 до 75	«зачтено» / «удовлетворительно»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций: в ходе контрольных мероприятий допускаются значительные ошибки, проявляется отсутствие отдельных знаний, умений, навыков по некоторым дисциплинарным компетенциям, студент испытывает значительные затруднения при оперировании знаниями и умениями при их переносе на новые ситуации.
от 41 до 60	«не зачтено» / «неудовлетворительно»	У студента не сформированы дисциплинарные компетенции, проявляется недостаточность знаний, умений, навыков.
от 0 до 40	«не зачтено» / «неудовлетворительно»	Дисциплинарные компетенции не сформированы. Проявляется полное или практически полное отсутствие знаний, умений, навыков.

5 Примерные оценочные средства

5.1 Примерный перечень вопросов по темам

За время учебной практики студенту необходимо выполнить задание по более углубленному изучению отдельных направлений работы. Задания студентов оформляются в виде календарного плана-графика. Календарный план-график характеризует примерное распределение времени студентов на выполнение отдельных разделов задания практики.

Тематика заданий на практику:

1. Специфика функционирования образовательного учреждения в современных условиях.
2. Особенности современного урока по физической культуре в разрезе его дидактических компонентов;
3. Оценочные характеристики моторной плотности урока;
4. Измерение и исследование динамики нагрузки;
5. Рефлексивные состояния учащихся в процессе учебно-воспитательного воздействия;
6. Аналитические и оценочные характеристики уровня физической подготовленности учащихся;
7. Технология группового проектирования аспектов физкультурно-оздоровительной деятельности;
8. Творческая репрезентация результатов учебной практики.

Краткие методические указания

Задание определяется научным руководителем с учетом интересов студентов и должно учитывать направления деятельности студентов во время учебной практики.

Шкала оценки

№	Баллы	Описание
5	39–50	Задание по практике выполнено. Подобран и обработан материал для отчета. Выполнены указания руководителя. Выполнены в установленные сроки все виды работ согласно рабо

		чему плану-графику проведения практики. Студент овладел теоретическими и практичес кими навыками работы по направлению подготовки.
4	32–38	Задание по практике выполнено. Материал для отчета подобран, но не весь обработан. В ыполнены указания руководителя практики. Выполнены в установленные сроки все виды работ согласно рабочему плану-графику проведения практики. Студент овладел теоретич ескими и практическими навыками работы по направлению подготовки.
3	25–31	Задание по практике выполнено не в полном объеме. Материал для отчета подобран, но н е весь обработан. Выполнены указания руководителя практики. Выполнены в установлен ные сроки все виды работ согласно рабочему плану-графику проведения практики. Студе нт частично овладел теоретическими и практическими навыками работы по направлению подготовки.
2	18–24	Задание по практике выполнено не в полном объеме. Материал для отчета подобран, но н е весь обработан. Не выполнены все указания руководителя практики. Выполнены в уста новленные сроки не все виды работ согласно рабочему плану-графику проведения практ ики. Студент частично овладел теоретическими и практическими навыками работы по на правлению подготовки.
1	0–17	Студент не выполнил задание в установленные сроки.

5.2 Пример индивидуального задания на выполнение отчета по практике

При защите практики оценивается правильность оформления документов: отчета по практике и календарного плана-графика. Отчет по практике является основным документом студента, отражающим выполненную им работу во время практики, полученные им умения и навыки. Отчет по практике студент готовит самостоятельно, заканчивает и представляет его для проверки руководителю практики до ее окончания. К отчету также прилагается путевка на учебную практику и календарный план-график. Отчет должен быть подписан студентом, руководителем практики от института.

Краткие методические указания

Отчет по учебной практике по получению навыков исследовательской работы в нижеприведенной последовательности должен содержать:

- титульный лист;
- задание на учебную практику;
- содержание (оглавление);
- введение;
- основную часть отчета;
- заключение;
- список использованных источников;
- приложения.

Во введении должны быть отражены:

- цель и время прохождения практики (недель);
- последовательность прохождения практики, перечень работ, выполненных в процессе практики.

Основная часть должна включать:

- описание организации работы в процессе практики;
- описание выполненной работы по разделам программы в обобщенном виде;
- описание практических задач, решаемых студентом за время прохождения учебной практики.

Заключение должно содержать:

- описание навыков, приобретенных за время практики;
- какую помощь оказывал студенту руководитель практики.

Объем отчета должен составлять 20-25 страниц (без приложений) текста. Количество приложений не ограничивается и в указанный объем не включается.

Шкала оценки

№	Баллы	Описание
5	25–30	выставляется студенту, если фактических ошибок нет, графически работа оформлена пра вильно
4	20–24	выставляется студенту, если фактических ошибок нет, допущены одна-две ошибки в офо рмлении работы

3	15–19	выставляется студенту, если фактических ошибок нет, но допущены существенные ошибки в оформлении работы
2	10–14	выставляется студенту, если имеются незначительные фактические ошибки, а также допущены существенные ошибки в оформлении работы
1	0–9	выставляется студенту, если имеются значительные фактические ошибки, а также допущены существенные ошибки в оформлении работы