

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Астраханский государственный университет имени В.Н. Татищева»
(Астраханский государственный университет им. В.Н. Татищева)

Колледж Астраханского государственного университета им. В.Н. Татищева
Факультет педагогики, психологии, гостеприимства и спорта

СОГЛАСОВАНО
Руководитель ОПОП
Федорова Т.А.
«26» мая 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ
Председатель ЦК (МО)
Миронова С.А.
протокол заседания ЦК (МО) № 12
от «26» мая 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ
по профессиональному модулю
ПМ.03 Организация и проведение физкультурно-оздоровительных
занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением
различных возрастных групп

Составитель

Морозова О.В., доцент, к.п.н., доцент
кафедры ОТФКиС

Согласовано с работодателями

Слободяник В.В., директор ГБУ ДО
Астраханской области «Спортивная
школа водных видов спорта им. Б.Н.
Скокова»,

Пилюгина Е.И, заместитель директора по
воспитанию. МБОУ г. Астрахани «СОШ
№ 4»

Наименование специальности

49.02.01 Физическая культура

Квалификация выпускника

педагог по физической культуре и спорту

Форма обучения

очная

Год приема (курс)

2026 (4 курс)

Астрахань – 2025 г.

СОДЕРЖАНИЕ

- 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ**
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ**
- 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ**
- 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ**

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ

1.1. Область применения программы производственной практики

Рабочая программа производственной практики по профессиональному модулю разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура.

Программа производственной практики по профессиональному модулю ПМ 3 «Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп» является составной частью ОП СПО, обеспечивающей реализацию ФГОС СПО и входит в состав профессионального модуля ПМ 3 Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп.

1.2. Требования к результатам производственной практики:

Производственная практика по профессиональному модулю ПМ 3 «Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп» является частью учебного процесса и направлена на приобретение практического опыта, освоение умений и навыков, необходимых для формирования у обучающихся *профессиональных компетенций*:

ПК 3.1. Определять цели и задачи, планировать и анализировать занятия с населением различных возрастных групп.

ПК 3.2. Проводить занятия с населением различных возрастных групп.

ПК 3.3. Осуществлять контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий.

ПК 3.4. Осуществлять консультирование населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок

ПК 3.5. Вести первичную учётно-отчётную документацию, обеспечивающую проведение занятий.

ПК 3.6. Осуществлять организацию продвижения и оказания населению фитнес-услуг по индивидуальным программам.

иметь практический опыт:

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

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

-наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения,

-обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;

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

- подготовки презентации отчётов, рефератов, докладов.

уметь:

- определять цель, задачи и содержание физкультурно-оздоровительной работы;

-разрабатывать документы планирования физкультурно-оздоровительных занятий;

- использовать различные методы и формы организации физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической подготовленности участников;

- разрабатывать программу проведения и план ресурсного обеспечения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия с учетом целей и задач;

- оценивать соответствие мест проведения, оборудования и инвентаря нормам техники безопасности;

- готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты.

знать:

-виды и особенности программ в области физической культуры и спорта;

- формы и типы учебных занятий по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта;

- содержание и методику реализации фитнес программ, в том числе современные методы, формы, способы и приемы обучения и воспитания;

- логику подготовки и требования к устному выступлению, отчету, реферату, конспекту;

По окончании практики студент сдаёт отчет в соответствии с содержанием тематического плана практики и по установленной форме.

1.3. Цели и задачи производственной практики

1.3.1. Целями прохождения производственной практики являются формирование у учащихся профессиональных умений и навыков необходимых для проведения физкультурно-оздоровительных занятий по фитнес-программа, ознакомить обучающихся с основными направлениями и опытом работы Школы спорта в области оказания фитнес услуг, занятий по видам спорта с населением различных возрастных групп.

1.3.2. Задачи прохождения производственной практики:

1. Формирование опыта поиска, отбора и изучение учебной и учебно-методической литературы в области фитнес технологий, необходимой для решения профессиональных задач;

2. Формирование умений использовать различные методы и формы организации физкультурно-оздоровительных занятий, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической подготовленности занимающихся;

3. Формирование практического опыта осуществления контроля и оценки освоения фитнес программ занимающимися, анализа и интерпретации результатов педагогического контроля и оценки.

4. Воспитание понимания сущности и социальной значимости своей будущей профессии.

1.4. Места проведения производственной практики

Производственная практика проводится на базе образовательных организаций г. Астрахани, оснащение которых обеспечивает возможность формирования у обучающихся запланированных программой практики результатов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ

2.1. Распределение бюджета времени по разделам и семестрам проведения производственной практики по профессиональному модулю ПМ 3 «Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп»

Разделы практики	Продолжительность практики в часах	Семестр
1. Подготовительный этап	8	8
2. Практический	60	
3. Отчетный	4	
Всего	72 часа	

**2.2. Тематический план и содержание производственной практики по профессиональному модулю ПМ 3
«Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта
с населением различных возрастных групп»**

Наименование разделов и тем	Виды работ и формы организации деятельности обучающихся	Объем, ак.ч/ в том числе в форме практической подготовки, ак.ч.	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Подготовительный этап	Содержание учебного материала Проведение организационного собрания. Ознакомление студентов с: этапами и сроками прохождения практики; целями и задачами предстоящей практики; требованиями, которые предъявляются к студенту со стороны руководителей практики; общими и индивидуальными заданиями на практику и указаниями по его выполнению; графиком консультаций; со сроками представления на кафедру отчетной документации и проведения дифференцированного зачета. Получение общего и вводного инструктажей по охране труда и противопожарной безопасности. Ознакомление со структурой работы кафедры физической культуры, и правилами внутреннего распорядка, документацией, материально-техническим оснащением, библиотечным фондом. Прослушать беседы директора, тренеров, методиста. Составить индивидуальный план работы на период практики.	8	ПК 2.2.
Раздел 2. Практический этап	Содержание учебного материала Проанализировать план физкультурно-оздоровительных занятий с различными возрастными группами. Проведение педагогического наблюдения за занимающимися по фитнес-программам, анализ и интерпретация результатов педагогического наблюдения с учетом задач, особенностей программы и занимающихся. Проведение физкультурно-оздоровительных занятий (фрагментов) по выбранному фитнес направлению. Осуществление контроля и оценки освоения фитнес программы занимающимися, анализа и интерпретации результатов педагогического контроля и оценки. Осуществление текущего контроля, помощи занимающимся в коррекции деятельности и поведения на фитнес-занятиях. Ведение учетно-отчетной документации, обеспечивающую проведение фитнес занятий.	60	ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4

	Осуществление организации продвижения и оказания населению фитнес-услуг по индивидуальным программам.		
Раздел 3. Отчетный этап	Содержание учебного материала Анализ и самоанализ деятельности. Получение отзыва-характеристики от наставника на деятельность учащегося как практиканта. Сбор материалов, оформление отчета и выводов по практике. Оформление дневника, отчета о практике.	4	ПК 2.3
Промежуточная аттестация	Дифференцированный зачет		
Всего:		72	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ

3.1. Общие требования к организации производственной практики.

Организация производственной практики по ПМ 3 «Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп» направлена на:

приобретение практического опыта:

- определения педагогических целей и задач, планирования физкультурно-оздоровительных занятий по фитнес -программам;
- проведения физкультурно-оздоровительных занятий по фитнес - программам;
- педагогического наблюдения и контроля за занимающимися, анализа и интерпретации результатов педагогического наблюдения и контроля, с учетом задач, особенностей фитнес- программы;
- разработки рекомендаций по коррективке процесса освоения фитнес-программ,
- осуществления организации продвижения фитнес услуг по индивидуальным программам.

умений:

- определять педагогические цели и задачи, планировать физкультурно-оздоровительных занятий по фитнес -программам с использованием различных методов, приемов и форм организации деятельности обучающихся;
- использовать различные средства, методы и приемы оздоровительной тренировки с учетом вида фитнес программы; состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;
- определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся по фитнес-программам;
- наблюдать за занимающимися, объективно оценивать процесс и результаты освоения фитнес программ;
- пользоваться контрольно-измерительными приборами;
- анализировать и интерпретировать результаты педагогического наблюдения, контроля и диагностики с учетом задач, особенностей программы и занимающихся;
- осуществлять организацию продвижения фитнес услуг по индивидуальным программам.

знаний:

- виды и особенности фитнеса;
- технологию планирования физкультурно-оздоровительных занятий по фитнес -программам;

- требования нормативных документов, определяющие особенности организации физкультурно-оздоровительных занятий по фитнес - программам;
- содержание и методику реализации физкультурно-оздоровительных занятий по фитнес -программам, в том числе современные методы, формы;
- формы и типы физкультурно-оздоровительных занятий по фитнес - программам;
- техники и приемы вовлечения в деятельность, мотивации к освоению фитнес программ;
- характеристики и возможности применения различных форм, методов и средств контроля за двигательной активностью занимающихся;
- средства (способы) определения динамики подготовленности и мотивации обучающихся в процессе физкультурно-оздоровительных занятий;
- способы организации продвижения и оказания населению фитнес-услуг по индивидуальным программам.

При организации и проведении производственной практики образовательная организация руководствуется формами отчетной документации. В период прохождения практики обучающимся ведется дневник практики. По результатам практики обучающимся составляется отчет. Руководителями практики проводится экспертная оценка отчета обучающегося. В первый день практики обучающиеся проходят инструктаж по технике безопасности. На последнем этапе после подготовки отчета, проходит его защита.

3.2. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Для проведения практики используются:

Спортивный зал МБОУ г. Астрахани «СОШ № 7»:

базовое оборудование для гимнастики (шведские стенки, маты, брусья, скамейки, канаты);

мячи (футбольные, баскетбольные, волейбольные);

инвентарь для командных игр (сетки, щиты),

инвентарь для легкой атлетики (скакалки, обручи, конусы, секундомеры)

Учебно-методическая документация

Спортивный зал МБОУ г. Астрахани «Лицей № 3»:

базовое оборудование для гимнастики (шведские стенки, маты, брусья, скамейки, канаты);

мячи (футбольные, баскетбольные, волейбольные);

инвентарь для командных игр (сетки, щиты),

инвентарь для легкой атлетики (скакалки, обручи, конусы, секундомеры)

Учебно-методическая документация

3.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение практики

Основная литература:

1. Лисицкая, Т. С., Фитнес-технологии для детей и подростков : монография / Т. С. Лисицкая, Т. В. Левченкова. — Москва : Русайнс, 2022. — 294 с. — ISBN 978-5-466-02964-2. — URL: <https://book.ru/book/949599> — Текст : электронный.

2. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой тренировки: учебное пособие / М.В. Еремин, А.Л. Волобуев, И.В. Кутын [и др.]; по д ред. А.Г. Горшкова. — Москва: КноРус, 2021. — 339 с.

3. Бурякин, Ф. Г., Физкультурно-оздоровительные технологии укрепления здоровья и коррекции телосложения : учебное пособие / Ф. Г. Бурякин. — Москва : Русайнс, 2024. — 328 с. — ISBN 978-5-466-06489-6. — URL: <https://book.ru/book/953644>

Дополнительная литература:

4. Введение в теорию тренировки [Электронный ресурс] : методическое пособие / Питер Дж. Л. Томпсон - М. : Человек, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785904885182.html> (ЭБС «Консультант студента»).

5. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание : учеб. пособ. для студ., обуч. по спец. 022500 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья, 022300 - Физическая культура и спорт, 022400 - Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм / [Булгакова Н.Ж. [и др.]; Под ред. Н.Ж. Булгаковой . - 2-е изд. ; стереотип. - М. : Академия, 2008. - 432 с. - (Высшее профессиональное образование). - ISBN 978-5-7695-5626-5 : 444-84.

6. Современные физкультурно-оздоровительные технологии: учебное пособие / [А. Е. Подоляка и др.]; под общей редакцией З. С. Варфоломеевой. — Череповец: ЧГУ, 2021. — 122 с.

Программное обеспечение и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

Электронно-библиотечные системы

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) ООО «Политехресурс» «Консультант студента». Многопрофильный образовательный ресурс «Консультант студента» является электронной библиотечной системой, предоставляющей доступ через сеть Интернет к учебной литературе и дополнительным материалам, приобретенным на основании прямых договоров с правообладателями. Каталог содержит более 15 000 наименований изданий. www.studentlibrary.ru. Регистрация с компьютеров университета.
2. Электронная библиотечная система IPRbooks. www.iprbookshop.ru

Программное обеспечение

Наименование программного обеспечения	Назначение
Adobe Reader	Программа для просмотра электронных документов
Moodle	Образовательный портал ФГБОУ ВО «АГУ»
Mozilla FireFox	Браузер
Google Chrome	Браузер
7-zip	Архиватор
Microsoft Office 2013, Microsoft Office Project 2013, Microsoft Office Visio 2013	Пакет офисных программ
Microsoft Windows 10 Professional	Операционная система
Kaspersky Endpoint Security	Средство антивирусной защиты

Современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы

<u>Универсальная справочно-информационная полнотекстовая база данных периодических изданий ООО «ИВИС»</u> http://dlib.eastview.com Имя пользователя: AstrGU Пароль: AstrGU	
Электронные версии периодических изданий, размещённые на сайте информационных ресурсов www.polpred.com	
Электронный каталог Научной библиотеки АГУ на базе MARK SQL НПО «Информ-систем» https://library.asu.edu.ru/catalog/	
Электронный каталог «Научные журналы АГУ» https://journal.asu.edu.ru/	
Корпоративный проект Ассоциации региональных библиотечных консорциумов (АРБИКОН) «Межрегиональная аналитическая роспись статей» (МАРС) – сводная база данных, содержащая полную аналитическую роспись 1800 названий журналов по разным отраслям знаний. Участники проекта предоставляют друг другу электронные копии отсканированных статей из книг, сборников, журналов, содержащихся в фондах их библиотек. http://mars.arbicon.ru	
Справочная правовая система КонсультантПлюс. Содержится огромный массив справочной правовой информации, российское и региональное законодательство, судебную практику, финансовые и кадровые консультации, консультации для бюджетных организаций, комментарии законодательства, формы документов, проекты нормативных правовых актов, международные правовые акты, правовые акты, технические нормы и правила. http://www.consultant.ru	

Ресурсы информационно-коммуникационной сети «Интернет»

Наименование интернет-ресурса	Сведения о ресурсе
Единое окно доступа к образовательным ресурсам	

<i>Наименование интернет-ресурса</i>	<i>Сведения о ресурсе</i>
http://window.edu.ru	Федеральный портал (предоставляется свободный доступ)
Министерство науки и высшего образования Российской Федерации https://minobrnauki.gov.ru	
Министерство просвещения Российской Федерации https://edu.gov.ru	
Федеральное агентство по делам молодёжи (Росмолодёжь) https://fadm.gov.ru	
Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки (Рособрнадзор) http://obrnadzor.gov.ru	
Информационно-аналитический портал государственной программы Российской Федерации «Доступная среда» http://zhit-vmeste.ru	
Российское движение школьников https://рдш.рф	

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРАКТИКИ ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ МОДУЛЮ

Результаты обучения	Критерии оценки результатов практики	Методы оценки результатов практики
1	2	3
Практический опыт: - определения педагогических целей и задач, планирования физкультурно-оздоровительных занятий по фитнес -программам; - проведения физкультурно-оздоровительных занятий по фитнес -программам; - педагогического наблюдения и контроля за занимающимися, анализа и интерпретации результатов педагогического наблюдения и контроля, с учетом задач, особенностей фитнес-программы; - разработки рекомендаций по корректировке процесса освоения фитнес-программ, - осуществления организации продвижения фитнес услуг по индивидуальным программам.	- формулирует цели и задачи, планирования физкультурно-оздоровительных занятий по фитнес -программам; - имеет опыт проведения физкультурно-оздоровительных занятий по фитнес -программам; - осуществляет педагогическое наблюдение и контроль за занимающимися, анализирует и интерпретирует результаты педагогического наблюдения и контроля, с учетом задач, особенностей фитнес-программы; - разрабатывает рекомендаций по корректировке процесса освоения фитнес-программ, - имеет опыт организации продвижения фитнес услуг по индивидуальным программам.	Экспертная оценка дневника и отчета по практике Экспертная оценка ведения медицинской документации, в соответствии с требованиями организации
Умения: -определять педагогические цели и задачи, планировать физкультурно-оздоровительных занятий по фитнес -программам с использованием различных методов, приемов и форм организации деятельности обучающихся; - использовать различные средства, методы и приемы оздоровительной тренировки с учетом вида фитнес программы; состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся по фитнес-программам; - наблюдать за занимающимися, объективно оценивать процесс и результаты освоения фитнес программ; -пользоваться контрольно-измерительными приборами;	- определяет педагогические цели и задачи, планировать физкультурно-оздоровительных занятий по фитнес -программам с использованием различных методов, приемов и форм организации деятельности обучающихся; - использует различные средства, методы и приемы оздоровительной тренировки с учетом вида фитнес программы; состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся; - определяет формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся по фитнес-программам; - наблюдает за занимающимися, объективно оценивать процесс и результаты освоения фитнес программ; - пользуется контрольно-измерительными приборами;	Экспертная оценка дневника и отчета по практике Экспертная оценка ведения медицинской документации, в соответствии с требованиями организации

-анализировать и интерпретировать результаты педагогического наблюдения, контроля и диагностики с учетом задач, особенностей программы и занимающихся; -осуществлять организацию продвижения фитнес услуг по индивидуальным программам.	-анализирует и интерпретирует результаты педагогического наблюдения, контроля и диагностики с учетом задач, особенностей программы и занимающихся; - осуществляет организацию продвижения фитнес услуг по индивидуальным программам.	
Знания: - виды и особенности фитнеса; - технологию планирования физкультурно-оздоровительных занятий по фитнес -программам; - требования нормативных документов, определяющие особенности организации физкультурно-оздоровительных занятий по фитнес -программам; - содержание и методику реализации физкультурно-оздоровительных занятий по фитнес -программам, в том числе современные методы, формы; - формы и типы физкультурно-оздоровительных занятий по фитнес -программам; - техники и приемы вовлечения в деятельность, мотивации к освоению фитнес программ; - характеристики и возможности применения различных форм, методов и средств контроля за двигательной активностью занимающихся; - средства (способы) определения динамики подготовленности и мотивации обучающихся в процессе физкультурно-оздоровительных занятий; - способы организации продвижения и оказания населению фитнес-услуг по индивидуальным программам.	- виды и особенности фитнеса; - технологию планирования физкультурно-оздоровительных занятий по фитнес -программам; - требования нормативных документов, определяющие особенности организации физкультурно-оздоровительных занятий по фитнес -программам; - содержание и методику реализации физкультурно-оздоровительных занятий по фитнес -программам, в том числе современные методы, формы; - формы и типы физкультурно-оздоровительных занятий по фитнес -программам; - техники и приемы вовлечения в деятельность, мотивации к освоению фитнес программ; - характеристики и возможности применения различных форм, методов и средств контроля за двигательной активностью занимающихся; - средства (способы) определения динамики подготовленности и мотивации обучающихся в процессе физкультурно-оздоровительных занятий; -способы организации продвижения и оказания населению фитнес-услуг по индивидуальным программам.	Экспертная оценка дневника и отчета по практике Экспертная оценка ведения медицинской документации, в соответствии с требованиями организации

При необходимости рабочая программа практики может быть адаптирована для обеспечения образовательного процесса инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, в том числе для дистанционного обучения. Для этого требуется заявление студента (его законного представителя) и заключение психолого-медико-педагогической комиссии (ПМПК).