

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



Факультета магистерской подготовки

**Кафедра истории цивилизации, физической культуры, спорта и
олимпийского образования**

ПРОГРАММА ПРАКТИКИ

Учебная практика

(вид практики)

Б2.О.01(У) Ознакомительная практика

(тип практики)

Направление подготовки:

49.04.01 «Физическая культура»

(код и наименование)

Направленность (профиль): «Фитнес-инноватика»

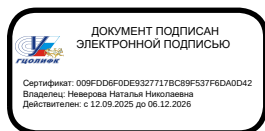
(наименование)

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.



Рабочая программа практики утверждена и рекомендована
Межинститутским советом
Протокол № 03-11-24 от «21» ноября 2024 г.

Составители:

Гржебина Людмила Михайловна – кандидат социологических наук, доцент кафедры истории цивилизации, физической культуры и спорта, философии и социологии РУС ГЦОЛИФК

Балаева Ольга Евгеньевна – кандидат философских наук, доцент кафедры истории цивилизации, физической культуры и спорта, философии и социологии РУС ГЦОЛИФК

Рабочая программа практики согласована с кафедрой истории цивилизации, физической культуры и спорта, философии и социологии

1.Цели и задачи прохождения практики

Целью прохождения практики является: ознакомление магистрантов с исследованиями, проводимыми на базе практики, выработка навыков и компетенций по сбору, обработке, систематизации и аналитическому обобщению социологических данных и информации, по реализации социологических проектов.

Для достижения цели ознакомительной практики служат следующие **задачи**:

- обучение самостоятельной разработке программы конкретного социологического исследования;
- приобретение опыта коллективной работы в проведении социологических исследований и организации проектной деятельности, требующих применения профессиональных знаний и умений;
- вовлечение магистрантов в коллективные исследовательские проекты, в которых принимает участие профессорско-преподавательский состав кафедры философии и социологии и всего университета.

Практика реализуется на русском языке.

2.Вид практики, способ и формы (форма) ее проведения

Вид практики: учебная практика.

Тип практики: Б2.О.01(У) Ознакомительная практика.

Практика проводится в форме – рассредоточенной – заочная форма обучения, а также в форме практической подготовки, следующим **способом**: стационарно.

3.Место практики в структуре ООП (ОПОП)

Ознакомительная практика Б2.О.01(У) является учебной практикой и относится к обязательной части блока 2 «Практика» ООП (ОПОП).

Для прохождения практики магистрантам необходимо владеть знаниями по Истории и методологии науки и иметь представления об актуальных проблемах профессиональной области знаний. Ознакомительная практика является частью магистерской подготовки обучающегося, будучи площадкой для применения знаний и умений, полученных на занятиях по общенаучным, профессиональным и профильным дисциплинам.

Прохождение данной учебной практики является базой для последующего освоения программного материала таких учебных дисциплин и видов деятельности как «Технология и методика эмпирического исследования», «Профессионально-ориентированная практика», «Научно-исследовательская работа», «Преддипломная практика».

4.Перечень планируемых результатов обучения при прохождении практики, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по практике	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
УК-1	Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий		1,2
УК-1.4.	Умеет проводить критический анализ научных, научно-методических и учебно-методических материалов для выделения научной проблемы		1,2
ОПК-5	Способен обосновывать повышение эффективности деятельности в области физической культуры и массового спорта на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации		1,2
ОПК-5.2.	Умеет определять проблемы в организации образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности и разрабатывать мероприятия по её совершенствованию;		1,2
ОПК-8	Способен проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний		1,2
ОПК-8.1.	Знает теоретические основы и технология научно-исследовательской деятельности, суть и логика проведения и проектирования научно-исследовательских работ в области физической культуры и спорта;		1,2

5.Объем, продолжительность и содержание практики, формы отчетности.

Общий объем практики составляет 4 зачетные единицы, продолжительность – 2 и 2/3 недели, 144 академических часа (в соответствии с учебным планом)

Содержание практики

Заочная форма обучения

№	Раздел практики	Семестр	Виды работ, осуществляемые при прохождении практики, включая самостоятельную работу обучающихся	Количество академических часов (в соответствии с учебным планом и видами работ)	Форма отчетности по практике (по семестрам)
1	Подготовительный этап	1		10	
1.1.	Установочная конференция	1	Знакомство с целями и задачами практики. Знакомство с планом, графиком прохождения практики.	6	
1.2.	Разработка индивидуального плана	1	Оформление индивидуального плана работы.	4	
2	Основной этап	1,2		112	
2.1.	Участие в семинарах (мозговой штурм)	1	Определение вида КСИ	10	
2.2.	Участие в семинарах (мозговой штурм)	1	Разработка программы КСИ	15	
2.3.	Участие в семинарах (мозговой штурм)	1	Разработка анкеты и/или гайда	15	
2.4.	Полевой этап исследования	1	Проведение анкетирования и/или интервьюирования	22	
2.5.	Обработка данных	2	Подготовка собранной информации к обработке и обработка	20	
2.6.	Анализ информации	2	Изучение полученных документов; сопоставление по различным показателям; подтверждение или опровержение гипотез; выявление тенденций и	20	

			закономерностей.		
2.7.	Подготовка отчета		Оформление основных результатов в виде аналитического отчета	10	
3	Заключительный этап	2	Итоговая конференция	22	
	ИТОГО:			144	Зачет с оценкой

6. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по практике.

6.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по практике (Приложение 1 к программе практики).

6.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по практике.

На подготовительном этапе практики оценивается индивидуальный план, определяющий направления, содержание и виды деятельности магистранта в период практики.

В ходе *основного этапа* оценивается:

- умение разрабатывать программу КСИ
- умение осуществлять поиск в Интернете статистической и другой информации по объекту исследования,
- умение осуществлять наблюдение функционирования значимых объектов и процессов включения участников в деятельность
- умение проводить стандартизированное анкетирование разными способами (раздаточным, через Интернет и т.д.)
- умение проводить интервьюирование по полустандартизированному сценарию (гайду)
- умение вводить данные в программы обработки данных
- умение транскрибировать аудио-файлы разных уровней сложности

На *заключительном этапе* оценивается отчет магистранта по результатам прохождения практики.

Отчет должен включать следующие основные структурные элементы:

Введение - цель, место, дата начала и продолжительность практики, перечень основных работ и заданий, выполняемых в процессе практики;

Основная часть - описание организации работы в процессе практики;

Заключение - описание навыков и умений, приобретенных за время практики, индивидуальные выводы о значимости для себя данного вида практики. Отчет должен быть проиллюстрирован таблицами, графиками, схемами, заполненными бланками, рисунками.

Отчет по практике магистрант представляет руководителю практикой. Общую оценку за практику выставляет также ее руководитель.

7. Перечень учебной литературы и ресурсов сети «Интернет», необходимых для проведения практики.

А). Основная литература:

1. Балаева, О.Е. Организация и проведение всех видов практик в магистратуре по социологии [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие для магистрантов РГУФКСМиТ обучающихся по направлению 39.04.01 : направленность (профиль) "Социология физ. культуры и спорта" : утв. к изд. эмс ИНПО ФГБОУ ВО "РГУФКСМиТ" / Балаева О.Е., Гржебина Л.М. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (РГУФКСМиТ), (ГЦОЛИФК)", Каф. философии и социологии. - М., 2019. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=325445&DocQuerID=11775186&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

Б) Дополнительная литература

1. Бабосов Е.М. Социология: энцикл. слов. / Е.М. Бабосов; предисл. Г.В. Осипова. - М.: URSS: Либроком, 2009. - 474 с. 182610

2. Добренков В.И. Социология: учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению 040200: рек. УМО по клас. унив. образованию / В.И. Добренков, А.И. Кравченко; Моск. гос. ун-т им. М.В. Ломоносова, Социолог. фак. - М.: Акад. Проект: Alma mater, 2009. - 605 с.: ил. 188452

3. Лубышева Л.И. Социология физической культуры и спорта: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности "Физ. культура": рек. УМО по специальностям пед. образования / Лубышева Людмила Ивановна. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Academia, 2010. - 270 с.: табл. 186156

В) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Горшков М.К. Прикладная социология: методология и методы : интерактивное учебное пособие / М.К. Горшков, Ф.Э. Шереги. – М.: Институт

социологии РАН, 2011, 1 CD ROM, 372 с. [электронный ресурс]. – Режим доступа

http://www.isras.ru/files/File/Prikl_Soc_full.pdf загл. с экрана.

<http://www.isras.ru/publ.html?id=916>

2. Лысов О. Е. Методы прикладных исследований в менеджменте: учеб. пособие / О. Е. Лысов. – ГУАП. СПб., 2006. – 164 с.

<http://www.aup.ru/files/m1022/m1022.pdf>

1. Батыгин Г.С. Лекции по методологии социологических исследований. М.: Аспект Пресс, 1995

2. Электронный учебник [электронный ресурс]. – Режим доступа <http://lib.qrz.ru/node/10966>- загл. с экрана.

3. Элементарные понятия статистики [электронный ресурс]: электронный учебник по статистике. – Режим доступа <http://www.statsoft.ru/home/textbook/esc.html> - загл. с экрана.

4. Электронный учебник [электронный ресурс]. – Режим доступа <http://www.spss.com/sites/dm-book/resources/PASW-Statistics-18-DM-Book.pdf> - загл. с экрана (на английском языке).

5. Давыдов А.А. Социология изучает блогосферу // Социологические исследования. 2008. № 11 (с. 92-101).

6. Девятко И.Ф. Методы социологического исследования. М: КД «Университет», 2002.

7. Дмитриев И. Контент-анализ: сущность, задачи, процедуры. 2005 (<http://psyfactor.org/lib/k-a.htm>)

8. Золотовицкий Р. Социометрия Я.Л. Морено: мера общения // Социологические исследования. 2002. № 4 (http://flogiston.ru/articles/social/moreno_zolotovitsky).

9. Клигер С.А., Косолапов М.С., Толстова Ю.Н. Шкалирование при сборе и анализе социологической информации. М. Наука, 1978

10. Козырева П.М., Косолапов М.С., Сваффорд М.С. Международные стандарты оценки качества социологических обследований // Мир России. 1999. №1-2.

11. Маликова Н.Н., Могильчак Е.Л., Рыбакова О.В. Социологические методы в политологических исследованиях. Екатеринбург, 2003 (<http://www.optima-ekb.ru/articles/11>)

12. Мангейм Дж.Б., Рич Р.К. Политология: Методы исследования. М.: Весь мир, 1997 .

13. Рабочая книга социолога / отв. ред. Г.В.Осипов. М.: Наука, 1983 (с.200-236).

14. Рогозин Д.М. Влияние интервьюера на доступность респондентов в телефонном опросе // Социологический журнал. 2004. № 1-2.

15. Рогозин Д.М. Когнитивный анализ опросного инструмента. М.: Институт Фонда «Общественное мнение», 2002.

16. Толстова Ю.Н. Измерение в социологии. М.: Инфра-М, 1998 .

17. Чуриков А.В. Случайные и неслучайные выборки в социологических исследованиях // Социальная реальность. 2007. №4 (с. 89-109).

18. Ядов В.А. Стратегия социологического исследования: описание, объяснение, понимание социальной реальности. М.: Добросвет, 1998
19. <http://www.isras.ru/> - Институт социологии РАН
20. <http://socio.rin.ru/> - Портал по социологии с большим количеством информации.
21. <http://socis.isras.ru/> - журнал «Социологические исследования»
22. <http://www.fom.ru/> Фонд 'Общественное мнение'
23. Глас Рунета <http://www.voxru.net/> Сайт социологических опросов населения Рунета. Архив опросов. Рассылка. Розыгрыш призов.
24. <http://socioline.ru> - Электронная библиотека по социологии с оригинальными материалами и коллекцией тематических ссылок.
25. <http://www.nir.ru/socio/content/vsb.htm> Виртуальная социологическая библиотека зарубежных и социологических ссылок
26. <https://www.ssa-rss.ru/> : сайт Российского общества социологов (РОС).
Этический кодекс Российского общества социологов (РОС)»

8. Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение практики:
 - Операционная система – Microsoft Windows 10;
 - Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
 - Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;
 - Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.
- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:
 - Электронные библиотечные системы:
 - Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту (lib.gtsolifk.ru).
 - Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:
 - Информационный портал «Информию» – информационная справочная и поисковая система (informio.ru).
 - Открытая платформа Спортивная Россия – информационная система (infosport.ru)
 - Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система (elibrary.ru)
 - Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования – информационная система (fgosvo.ru)

- Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>
- Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:
- Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)
- Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация – профессиональная база данных (minsport.gov.ru)
- Институт философии РАН <https://iphras.ru/links.htm>

9. Описание материально-технической базы, необходимой для проведения практики

Для проведения практики используются:

- мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональные компьютеры с выходом в сеть Internet;
- учебные аудитории для проведения самостоятельной работы обучающихся с указанным выше специализированным оборудованием, комплектом аудиторной мебели, ученической доской;
- залы: библиотека, читальный зал с выходом в сеть Интернет, актовый зал;
- видео-, аудиовизуальные средства обучения.

10. Методические материалы для обучающихся по проведению практики (Приложение 3).

В Приложении 3 представлен образец титульного листа отчета, примерного содержания отчета по практике и индивидуального задания.

11. Особенности проведения практики для числа лиц с ограниченными возможностями здоровья

Учебная практика «Ознакомительная практика» для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов проводится с учетом

особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

Содержание практики не создаёт препятствий для её прохождения обучающимся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам, которым не противопоказано получение высшего образования уровня профессионального образования - магистратура.

При этом, в структурных подразделениях РУС ГЦОЛИФК созданы материально-технические условия, обеспечивающие возможность беспрепятственного доступа обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в аудитории, туалетные и другие помещения, а также их пребывания в указанных помещениях.

При получении высшего образования по ООП (ОПОП) обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляются бесплатно учебная литература, указанная в пункте 7 настоящей программы практики и адаптированная в соответствии с особенностями обучающегося, а также услуги сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков.

Продолжительность выполнения отдельных заданий для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья увеличивается по их заявлению на количество времени, согласованное с руководителем практики от РУС ГЦОЛИФК.

Обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья могут в процессе прохождения практики и выполнении отдельных заданий пользоваться техническими средствами, необходимыми им в связи с их индивидуальными особенностями.

При прохождении практики и выполнении отдельных заданий обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся с ограниченными возможностями здоровья:

1) для слепых:

–задания для выполнения оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера с созданием специализированных условий для слепых, либо зачитываются руководителем практики;

–письменные задания выполняются на компьютере с созданием специализированных условий для слепых;

–обучающимся, при необходимости, предоставляется компьютер с созданием специализированных условий для слепых;

–присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;

2) для слабовидящих:

–обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;

–обучающимся для выполнения заданий, при необходимости, предоставляется увеличивающее устройство; возможно также использование собственных увеличивающих устройств;

–задания для выполнения, а также инструкция по выполнению заданий оформляются увеличенным шрифтом;

–присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;

3) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

–обеспечивается наличие звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования, при необходимости обучающимся предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;

–задания предоставляются в печатном и (или) электронном виде;

–дублирование звуковой справочной информации проводимых в процессе практики мероприятий визуально;

–присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;

4) для лиц с тяжелыми нарушениями речи, глухих, слабослышащих
личное собеседование по итогам прохождения практики может быть заменено
вместо устной формы - на письменную;

5) для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата, нарушениями
двигательных функций верхних конечностей или отсутствием верхних
конечностей:

—письменные задания выполняются на компьютере с созданием
специализированных условий;

—задания, выполняемые при организации практики в письменной форме,
проводятся в устной форме.

Указанные выше условия предоставляются обучающимся на основании
письменного заявления, содержащего сведения о необходимости создания
соответствующих специальных условий.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по учебной практике «Ознакомительная практика» для обучающихся
Факультет магистерской подготовки направления подготовки 49.04.01
«Физическая культура» направленности (профилю) «Фитнес-инноватика» 1
курса заочной форм обучения**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: истории цивилизации, физической культуры и спорта, философии и социологии

Сроки изучения практики 1,2 семестр на заочной форме обучения

Форма промежуточной аттестации: *зачет с оценкой.*

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Разработка индивидуального плана прохождения практики.	10 баллов
2	Выполнение индивидуальных заданий	30 баллов
3	Оформление отчета (качество оформления, включая грамотность изложения, наличие сносок и библиографии, наличие приложений к отчету)	15 баллов
4	Подготовка доклада, презентация практики в рамках предзащиты	15 баллов
5	Посещение занятий	10 баллов
	Дифференцированный зачет	20 баллов
	ИТОГО	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
	<i>Не предполагается</i>	

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по практике, завершающейся экзаменом, дифференцированным зачётом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по практике при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Методические материалы для обучающихся по проведению
практики**

ФОРМА и ОБРАЗЕЦ ОТЧЕТА

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
**Федеральное государственное образовательное учреждение высшего
образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»**

ОТЧЕТ

о прохождении Учебной практики
(вид практики)

Б2.О.01(У) Ознакомительная практика
(тип/этап практики)

Сроки практики:

Направление подготовки: 49.04.01 «Физическая культура»

Профиль/Направленность: _____

Курс 1

Форма обучения *заочная*

Обучающийся (ФИО)

Наименование кафедры: Кафедра истории цивилизации, физической культуры и спорта, философии и социологии

Руководитель практики от РУС ГЦОЛИФК

20__/20__ учебный год

ОБРАЗЕЦ ПРИМЕРНОГО СОДЕРЖАНИЯ ОТЧЕТА ПО ПРАКТИКЕ

Содержание

Содержание	3
Введение	5
Основная часть.....	7
Заключение.....	11
Список используемых источников	12
Приложение 1.....	14

ОБРАЗЕЦ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ЗАДАНИЯ

Индивидуальное задание

на _____
(наименование типа практики)
обучающийся _____ курса, _____ формы обучения,
направления подготовки **49.04.01 «Физическая культура»**
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Фитнес-инноватика»
(наименование)

(ФИО обучающегося)
способ проведения практики: _____
Сроки практики: с «__» _____ 20__ г. по «__» _____ 20__ г.

Индивидуальное задание:	Содержание практики:	Планируемые результаты практики:
1. Ознакомиться с программой практики (цель, задачи, содержание и организация практики).	Получить практические знания по тематике практики	Овладеть знаниями по первичным социологическим умениям и навыкам
2. Заполнить индивидуальный план.	Заполнить индивидуальный план в соответствии с графиком прохождения практики	Сдать руководителю от РУС ГЦОЛИФК индивидуальный план, подписанный руководителем базы практики.
3. Изучение профессиональных документов социолога	Изучить документы по профессиональной, научной и моральной этике социолога, лежащей в основе его деятельности.	Овладеть навыками работы с документами
4. Собрать информацию для составления отчета по практике.	Сформировать отчет	Согласовать с руководителем практики от РУС ГЦОЛИФК.
5. Подготовить отчет по практике	Оформить отчет	Сдать отчет руководителю практики от РУС ГЦОЛИФК для проверки.
6. Подготовиться к дифференцированному зачету по практике.		Защита отчета по практике.

Руководитель практикой от РУС ГЦОЛИФК _____
(подпись) (ФИО)

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



Факультет магистерской подготовки

**Кафедра истории цивилизации, физической культуры, спорта и
олимпийского образования**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ПРАКТИКИ**

Учебная практика

(вид практики)

Б2.О.01(У) Ознакомительная практика

(тип практики)

Направление подготовки: **49.04.01 «Физическая культура»**

(код и наименование)

Направленность (профиль): **«Фитнес-инноватика»**

(наименование)

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

1.Цели и задачи прохождения практики

Целью прохождения практики является: ознакомление магистрантов с исследованиями, проводимыми на базе практики, выработка навыков и компетенций по сбору, обработке, систематизации и аналитическому обобщению социологических данных и информации, по реализации социологических проектов.

Для достижения цели ознакомительной практики служат следующие **задачи**:

- обучение самостоятельной разработке программы конкретного социологического исследования;
- приобретение опыта коллективной работы в проведении социологических исследований и организации проектной деятельности, требующих применения профессиональных знаний и умений;
- вовлечение магистрантов в коллективные исследовательские проекты, в которых принимает участие профессорско-преподавательский состав кафедры философии и социологии и всего университета.

2. Вид практики, способ и формы (форма) ее проведения

Вид практики: учебная практика.

Тип практики: Б2.О.01(У) Ознакомительная практика.

Практика проводится в форме – рассредоточенной – заочная форма обучения, а также в форме практической подготовки, следующим **способом**: стационарно.

3.Объем, продолжительность и содержание практики, формы отчетности.

Общий объем практики составляет 4 **зачетные единицы, академических часов** (в соответствии с учебным планом) -144.

Форма отчетности: дифференцированный зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел практики	Семестр	Виды работ, осуществляемые при прохождении практики, включая самостоятельную работу обучающихся	Количество академических часов (в соответствии с учебным планом и видами работ)	Форма отчетности по практике (по семестрам)
1	Подготовительный этап	1		10	
1.1.	Установочная конференция	1	Знакомство с целями и задачами практики. Знакомство с планом, графиком прохождения практики.	6	
1.2.	Разработка индивидуального плана	1	Оформление индивидуального плана работы.	4	
2	Основной этап	1,2		112	
2.1.	Участие в семинарах (мозговой штурм)	1	Определение вида КСИ	10	
2.2.	Участие в семинарах (мозговой штурм)	1	Разработка программы КСИ	15	
2.3.	Участие в семинарах (мозговой штурм)	1	Разработка анкеты и/или гайда	15	
2.4.	Полевой этап исследования	1	Проведение анкетирования и/или интервьюирования	22	
2.5.	Обработка данных	2	Подготовка собранной информации к обработке и обработка	20	
2.6.	Анализ информации	2	Изучение полученных документов; сопоставление по различным показателям; подтверждение или опровержение гипотез; выявление тенденций и закономерностей.	20	
2.7.	Подготовка отчета		Оформление основных результатов в виде аналитического отчета	10	
3	Заключительный этап	2	Итоговая конференция	22	
	ИТОГО:			144	Зачет с оценкой

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



Факультет магистерской подготовки

Кафедра рекреации и спортивно-оздоровительного туризма

ПРОГРАММА ПРАКТИКИ

Производственная практика
(вид практики)

Б2.О.02 (П) Научно-педагогическая практика
(тип практики)

Направление подготовки:
49.04.01 – «Физическая культура»

Направленность (профиль): «Фитнес-инноватика»

Уровень образования: магистратура

Форма обучения: заочная

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

Программа практики утверждена и рекомендована
Межинститутским советом
Протокол № 03-11-24 от «21» ноября 2024 г.

Составитель: С.Д. Неверкович – доктор педагогических наук, профессор,
Академик РАО, заведующий кафедрой Педагогики
Т.В. Левченкова – доктор педагогических наук, доцент, заведующий
кафедрой Педагогики
С.А. Гониянц – Профессор кафедры рекреации и спортивно-
оздоровительного туризма, кандидат педагогических наук, профессор
М.В. Жийяр – Директор института научно-педагогического образования,
доктор педагогических наук, доцент

Программа практики согласована с кафедрой Рекреации и спортивно-
оздоровительного туризма РУС ГЦОЛИФК

1. Цель и задачи прохождения практики: участие в организации и проведении учебно-методического процесса и научно-исследовательской работы на кафедре рекреации и спортивно-оздоровительного туризма университета.

Обучение ведется на русском языке.

Задачи научно-педагогической практики:

- Изучить учебно-методическую работу кафедры рекреации и спортивно-оздоровительного туризма
- Участвовать в подготовке методических материалов для проведения учебного процесса кафедры рекреации и спортивно-оздоровительного туризма
- Приобретение опыта преподавательской деятельности по профилям направления 49.03.03 – «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

2. Вид, тип практики, способ и форма ее проведения:

Вид практики: Производственная практика

Тип практики: Научно-педагогическая практика

Производственная практика «Научно-педагогическая практика» проводится следующим **способом**: стационарно в форме : непрерывно на заочной форме обучения, а также в форме практической подготовки.

3. Место практики в структуре ООП магистратуры: научно-педагогическая практика входит в раздел «Блок 2 Практика. Обязательная часть». Прохождение производственной практики является обязательным этапом обучения магистра, она предшествует прохождению дисциплин: «Современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности», «Актуальные проблемы и тенденции развития фитнеса», «Возрастные аспекты физиологии оздоровительной тренировки», «Теория и методика физической рекреации», «Научно-методический семинар», а также других дисциплин обязательной части. В свою очередь, научно-педагогическая практика будет являться основой для более глубокого усвоения

обучающимися следующих дисциплин: «Теория и технология медико-биологических измерений в физкультурно-оздоровительной деятельности», «Передовые тренажерные технологии в фитнесе», «Организационное обеспечение деятельности фитнес индустрии» и др.

6.4. Перечень планируемых результатов обучения при прохождении практики, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по практике	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК - 4	Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия			1,2
УК-4.3.	Умеет использовать государственный язык Российской Федерации и иностранный язык, как эффективное средство общения.			1,2
УК-4.5.	Владеет различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном языке в учебной и профессиональной деятельности			1,2
УК - 5	Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия			1,2
УК-5.1.	Знает систему научного знания о физической культуре и спорте, её структуре, междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных;			1,2
УК-5.4.	Умеет анализировать особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований			1,2
УК-5.6.	Использует информацию о межкультурном разнообразии общества социально-историческом, этическом и философском контекстах в профессиональной			1,2

	деятельности			
ОПК – 1	Способен планировать деятельность организации в области физической культуры и массового спорта			1,2
ОПК-1.2.	Знает проектную деятельность в физической культуре и спорте,			1,2
ОПК-1.5.	Умеет ставить цели и задачи научных исследований по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта;			1,2
ОПК-1.7.	Имеет опыт разработки стратегических планов развития и программ проведения физкультурных, спортивных, массовых мероприятий, тренировочных и развлекательных мероприятий физкультурно-спортивной и/или образовательной организации (структурного подразделения)			1,2
ОПК – 2	Способен реализовывать программы и комплексные мероприятия образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности с использованием средств, методов и приемов видов спорта			1,2
ОПК-2.1.	Знает целевое воздействие оздоровительных систем и физкультурно-оздоровительных технологий, проблемы питания и здоровья, технологии модернизации оздоровительных программ, методические особенности применения в зависимости от целевой аудитории;			1,2
ОПК-2.4.	Умеет объяснять вопросы организации и внедрения новейших методических подходов в области физической культуры и спорта устно и письменно для различных целевых аудиторий специалистов и неспециалистов;			1,2
ОПК-2.6.	Имеет опыт проведения различных видов учебных занятий по дисциплинам (модулям), в рамках реализации программ профессионального образования			1,2
ОПК – 3	Способен формировать воспитательную среду при осуществлении физкультурно-спортивной деятельности			1,2
ОПК-3.1.	Знает нормативные документы в сфере молодежной политики, воспитания, этических норм в спорте;			1,2
ОПК-3.4.	Умеет оценивать воспитательный потенциал мероприятий образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности;			1,2
ОПК-3.5.	Имеет опыт - анализа реализации воспитательного потенциала мероприятий образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности и подготовки предложений по совершенствованию воспитательной работы;			1,2
ОПК – 4	Способен формировать общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической			1,2

	культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу			
ОПК-4.1.	Знает систему научного знания о физической культуре и спорте, её структуре, междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных;			1,2
ОПК-4.2.	Знает особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований;			1,2
ОПК-4.3.	Умеет анализировать новые подходы и методические решения в области пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта;			1,2
ОПК-4.4.	Умеет объяснять значение физической культуры как части общей культуры и фактора обеспечения здоровья, нравственные ценности физической культуры и спорта, идеи олимпизма устно и письменно для различных целевых аудиторий специалистов и неспециалистов;			1,2
ОПК-4.5.	Умеет Самостоятельно приобретать и определять новые знания, в том числе в смежных областях, с целью управления своим физическим и психическим состоянием для повышения эффективности профессиональной деятельности.			1,2
ОПК-4.6.	Имеет опыт владения методами и технологиями в области пропаганды физической культуры и спорта;			1,2
ОПК – 6	Способен управлять взаимодействием заинтересованных сторон и обменом информацией в процессе деятельности в области физической культуры и массового спорта			1,2
ОПК-6.1.	Знает современные информационно-коммуникационные технологии;			1,2
ОПК-6.2.	Умеет использовать информационные технологии обмена информацией, в том числе в рамках совместных образовательных и научных проектов;			1,2
ОПК-6.3.	Имеет опыт определения форм подачи информации для заинтересованных сторон (публичные отчеты, декларации, пресс-релизы и тому подобное);			1,2
ОПК – 7	Способен обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по развитию физической культуры и массового спорта			1,2
ОПК-7.2.	Знает процессы интеграции современных технологий в образовательный процесс и проектирование физкультурной деятельности;			1,2
ОПК-7.3.	Умеет обосновывать теоретические и практические вопросы совершенствования функционирования физической культуры в сферах образования, труда, досуга			1,2

	с теоретико-методологических позиций современной теории физической культуры;			
ОПК-7.5.	Имеет опыт выявления актуальных современных проблем в науках о физической культуре и спорте и способов их решения			1,2
ОПК – 9	Способен осуществлять методическое сопровождение по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта			1,2
ОПК-9.1.	Знает требования к программам дополнительного образования детей в области ФКиС, образовательным программам учреждений различного вида;			1,2
ОПК-9.2.	Умеет разрабатывать новые подходы и методические решения в области проектирования и реализации образовательных программ;			1,2
ОПК-9.4.	Имеет опыт разработки учебно-методического обеспечения учебных дисциплин (модулей) по профессиональным образовательным программам в области физической культуры и спорта			1,2

5.Объем, продолжительность и содержание практики, формы отчетности

Общий объем практики составляет **6 зачетных единиц**, продолжительность **4 недели, академических часов - 216.**

Содержание практики

Заочная форма обучения

№	Раздел практики	Семестр	Виды работ, осуществляемые при прохождении практики, включая самостоятельную работу обучающихся	Количество академических часов (в соответствии с учебным планом и видами работ)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
1	Подготовительный этап практики	1	1.Участие в установочной конференции «Задачи и содержание научно-педагогической практики магистрантов» 2.Определение индивидуальных заданий по научно-педагогической практики	12	
2	Содержательный этап практики	1,2	1.Ознакомление с материально-технической базой практики. 2.Изучение и анализ основных документов, регламентирующих	184	

			организацию и проведение учебного процесса на кафедре (Закон об образовании РФ, ФГОС, УМКД, учебные графики, расписание занятий). 3. Наблюдение и анализ 3-х занятий (лекций, семинаров, практических занятий) 4. Письменный анализ 3-х занятий (лекции, семинара, практического занятия) преподавателей кафедры. 5. Разработка конспектов к проведению занятий (не менее 3). 6. Проведение занятий со студентами в качестве ассистента преподавателя (3 занятий) 7. Проведение занятий со студентами с помощью преподавателя (2 занятий) 8. Систематическое (еженедельное) проведение занятий со студентами в течение учебного года: лекций (не менее 2), семинаров (не менее 2), практических занятий (не менее 3). 9. Письменный самоанализ проведенных занятий 10. Проведение зачетных занятий (не менее одного по каждому виду) 11. Совместно с преподавателем осуществление подготовки выпускной квалификационной работы студента, включая подготовку докладов и выступлений на конференциях университета 12. Организация и проведение воспитательных, спортивных и научных мероприятий кафедры, университета. 13. Ведение дневника практики.		
3	Результативно-аналитический этап практики	2	1. Оформление отчётной документации по практике и представление её руководителю 2. Защита отчета по практике 3. Участие в заключительной конференции по итогам практики	20	
Итого часов:				216	Зачет с оценкой

6. Оценочные средства (фонд оценочных средств) для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по практике.

6.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по практике (*Приложение 1 к программе практики*).

6.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по практике.

Дифференцированный зачет (Зачет с оценкой) по практике проводится в форме защиты представляемого обучающимся отчёта о проведенных мероприятиях и сформированных материалах по итогам пройденной научно-исследовательской практики путём личного собеседования с руководителем (ями) практики от РУС ГЦОЛИФК.

Отчет представляется на проверку в электронном и печатном виде. Для получения положительной оценки обучающийся должен полностью выполнить программу практики, своевременно оформить все виды необходимых документов.

7. Перечень учебной литературы и ресурсов сети «Интернет», необходимых для проведения практики.

а) Основная литература:

1. Виноградов П.А. Основы физической культуры и здорового образа жизни: учеб. пособие / Виноградов П.А., Душанин А.П., Жолдак В.И. - М.: Сов. спорт, 1996. - 588 с.: табл.
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=78224&DocQuerID=11775200&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

2. Глазырина Л.Д., Овсянкин В.А. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста. - М.: Гуманитарный издательский центр Владос, 2001. - 175 с.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=122733&DocQuerID=11775199&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

3.Дормидонтова Л.С. Профессиональная деятельность специалистов физической культуры и спорта / Л.С. Дормидонтова ; Сиб. гос. акад. физ. культуры, Каф. упр., экономики и права. - Омск: [СибГАФК], 2001. - 126 с.
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=35149&DocQuerID=11775201&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

4.Купер К. Аэробика для хорошего самочувствия : пер. с англ. / Купер К. - М.: ФиС, 1989. - 224 с.
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=32349&DocQuerID=11775202&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

5.Максименко А.М. Теория и методика физической культуры : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению 032100 и специальности 032101 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / А.М. Максименко. - Изд. 2-е, испр. и доп. - М.: Физ. культура, 2009. - 492 с.
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=172870&DocQuerID=11775205&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

6.Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению 032100 и специальности 032101 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / Л.П. Матвеев. - [3-е изд., перераб. и доп.]. - М.: ФиС: СпортАкадемПресс, 2008. - 543 с.: ил.
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=163648&DocQuerID=11775207&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

7.Менхин Ю.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика : учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101, 032102, 032103 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / Ю.В. Менхин, А.В. Менхин. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Физкультура и спорт, 2009. - 429 с.: ил.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=184911&DocQuerID=11775208&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

8. Погадаев Г.И. Организация и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий в школе : 1-11 кл. : метод. пособие / Г.И. Погадаев, Б.И. Мишин. - М.: Дрофа, 2005. - 111 с.
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=148458&DocQuerID=11775210&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

9. Руненко С.Д. Врачебный контроль в фитнесе / С.Д. Руненко. – М.: Сов. Спорт, 2009. – 192 с.
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=186963&DocQuerID=11775211&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

10. Селуянов, В.Н. Основы теории оздоровительной физической культуры : Учеб. пособие для инструкторов оздоровит. физ. культуры / Селуянов В.Н., Мякинченко Е.Б. - М.: РГАФК, 1994. - 35 с.: ил.
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=78212&DocQuerID=11775212&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

11. Сиднева, Л.В. Оздоровительная аэробика и методика ее преподавания : [учеб. пособие для студентов, обучающихся по специальности] 022300 : [рек. Умо по физ. культуре] / [Сиднева Л.В., Гониянц С.А.] ; М-вом образования РФ Учеб.-метод. об-ние по образованию в обл. физ. культуры. - М., 2000. - 74 с.: ил.
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=107155&DocQuerID=11775216&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

12. Сонькин В.Д. Развитие мышечной энергетики и работоспособности в онтогенезе / В.Д. Сонькин, Р.В. Тамбовцева ; Рос. акад. образования, Ин-т возрастной физиологии. - М.: URSS: [Либроком], [2011]. - 365 с.: ил.
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=191553&DocQuerID=11775218&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

б) Дополнительная литература:

1.Бальсевич, В.К. Онтокинезиология человека / В.К. Бальсевич. - Москва: Теория и практика физической культуры, 2000. - 275 с.: ил.

URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/81362.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/81362.pdf)

2.Боген, М.М. Обучение двигательным действиям / М.М. Боген .— Москва : Физическая культура, 1985 .— 194 с. : ил. — URL: <https://lib.rucont.ru/efd/862769>

3.Зациорский, В.М. Кинематика движений человека : лекция для студентов ГЦОЛИФКа / Зациорский В.М.; ГЦОЛИФК. - Москва, 1990. - 24 с.

URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/22640.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/22640.pdf)

4.Зациорский, В.М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В.М. Зациорский .— 5-е изд., стер. — Москва : Спорт, 2020 .— 201 с. : ил. — ISBN 978-5-906132-49-9 .— URL: <https://lib.rucont.ru/efd/727778>

5.Купер, К. Аэробика для хорошего самочувствия : [пер. с англ.] / Купер Кеннет. - Москва: ФиС, 1987. - 190 с.

URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/32350.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/32350.pdf)

6.Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты [Электронный ресурс] : учеб. для завершающего уровня высш. физкультур. образования : доп. Гос. ком. РФ по физ. культуре, спорту и туризму / Матвеев Лев Павлович. - Изд. 3-е, испр. и доп. - Москва: [Известия], 2001. - 323 с.: ил.

URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/106197.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/106197.pdf)

7.Матвеев, Л.П. Основы спортивной тренировки: учеб. пособие для ин-тов физ. культуры : доп. Ком. по физ. культуре и спорту при Сов. Министров СССР / Л.П. Матвеев. - Москва: ФиС, 1977. - 280 с.: ил. 196 экз.

URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/39624.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/39624.pdf)

8.Платонов, В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте : учеб. для студентов вузов физ. воспитания и спорта : доп. М-вом Украины по делам молодежи и спорта / В.Н. Платонов. - Киев: Олимп. лит., 1997. - 583 с.: ил.

URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/79913.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/79913.pdf)

9.Полянский, В.П. Теоретико-методические основы совершенствования прикладной физической культуры (ее содержание и форм) в современном обществе : дис. ... д-ра пед. наук / Полянский В.П.; РГАФК. - Москва, 1999. - 354 с.: ил.

URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Dissers/Scan/83189.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Dissers/Scan/83189.pdf)

14. Смирнов, С.Д. Педагогика и психология высшего образования : от деятельности к личности : учеб. пособие для студентов, обучающихся по направлению и специальностям психологии : рек. М-вом РФ / С.Д. Смирнов. - 3-е изд., стер. - М.: Academia, 2007. - 394 с.

URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/162993.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/162993.pdf)

15.Холодов, Ж.К. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта : учеб. пособие для студентов ВУЗов физ. культуры / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - 2-е изд., стер. - Москва: Academia, 2005. - 143 с.

URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/126805.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/126805.pdf)

16.Шолих, М. Круговая тренировка: теорет., метод. и организац. основы од. из соврем. форм использования физ. упражнений в шк. и спортив. тренировке / М. Шолих ; [пер. с нем Л.М. Мирского] ; под общ. ред. Л.П. Матвеева. - 2-е изд. - Москва: Спорт, 2021. - 212 с.: ил.

URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Rucont/355633.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Rucont/355633.pdf)

17.Введение в педагогическую деятельность : Учеб. пособие для студентов пед. вузов, обучающихся по спец.: 030900 - Дошк. педагогика и психология; 031000 - Педагогика и психология; 031200 - Педагогика и методика нач. образования; 033400 - Педагогика : рек. УМО / ред. Роботова Алевтина Сергеевна. - М.: Academia, 2002. - 208 с.

URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/OCR/b116362_.doc](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/OCR/b116362_.doc)

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://umu.sportedu.ru/> - Сайт РУС ГЦОЛИФК
2. <http://минобрнауки.рф/> - Сайт Министерства образования и науки РФ
3. <http://www.obrnadzor.gov.ru/ru/> - Сайт Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки

8. Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

–программное обеспечение практики:

Операционная система – Microsoft Windows 10;

Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;

Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;

Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

Электронные библиотечные системы:

- 1.Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru.
- 2.Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту lib.gtsolifk.ru.

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

- 1)Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система (informio.ru).
- 2)Научно-теоретический журнал "Теория и практика физической культуры". - <http://www.teoriya.ru/journals/>
- 3)Научно-методический журнал "Физическая культура: воспитание, образование, тренировка". - <http://www.teoriya.ru/fkvot/>
- 4)Портал Федеральных государственных образовательных стандартов

высшего образования <http://fgosvo.ru/>.

5) Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.

6) Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.

7) Олимпийский комитет России <http://olympic.ru/>

8) ВФСК ГТО <https://www.gto.ru/>

9) Министерство спорта Российской Федерации
<https://www.minsport.gov.ru/>

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1) Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru).

2) Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система (<https://elibrary.ru>).

3) Научная электронная библиотека <https://rusneb.ru>

4) Научная электронная библиотека <https://cyberleninka.ru>

9. Описание материально-технической базы, необходимой для проведения практики.

Для проведения учебной практики необходим мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональные компьютеры с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия), а также учебная аудитория для проведения самостоятельной работы обучающихся с указанным выше специализированным оборудованием, комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

Обучающийся должен быть обеспечен доступом к:

- нормативно-правовым и методическим материалам, регламентирующим деятельность научно-педагогической и научно-исследовательской работы кафедры рекреации и спортивно-оздоровительного туризма;
- в учебные аудитории по расписанию занятий;
- научному оборудованию для проведения исследований и использования результатов в педагогическом процессе.

10. Методические материалы для обучающихся по проведению практики (*Приложение 2 к программе практики*).

11. Особенности проведения практики для лиц с ограниченными возможностями здоровья

Производственная практика «Научно-педагогическая практика» для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов проводится с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

Содержание практики не создаёт препятствий для её прохождения обучающимся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам, которым не противопоказано получение высшего образования уровня профессионального образования - магистратура.

При этом, в структурных подразделениях РУС ГЦОЛИФК созданы материально-технические условия, обеспечивающие возможность беспрепятственного доступа обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в аудитории, туалетные и другие помещения, а также их пребывания в указанных помещениях.

При получении высшего образования по ООП (ОПОП) обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляются бесплатно учебная литература, указанная в пункте 7 настоящей программы практики и адаптированная в соответствии с особенностями обучающегося, а также услуги сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков.

Продолжительность выполнения отдельных заданий для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья увеличивается по их заявлению на количество времени, согласованное с руководителем практики от РУС ГЦОЛИФК.

Обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья могут в процессе прохождения практики и выполнении отдельных заданий пользоваться техническими средствами, необходимыми им в связи с их индивидуальными особенностями.

При прохождении практики и выполнении отдельных заданий обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся с ограниченными возможностями здоровья:

1) для слепых:

–задания для выполнения оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера с созданием специализированных условий для слепых, либо зачитываются руководителем практики;

–письменные задания выполняются на компьютере с созданием специализированных условий для слепых;

–обучающимся, при необходимости, предоставляется компьютер с созданием специализированных условий для слепых;

–присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;

2) для слабовидящих:

–обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;

–обучающимся для выполнения заданий, при необходимости, предоставляется увеличивающее устройство; возможно также использование собственных увеличивающих устройств;

–задания для выполнения, а также инструкция по выполнению заданий оформляются увеличенным шрифтом;

–присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;

3) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

–обеспечивается наличие звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования, при необходимости обучающимся предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;

–задания предоставляются в печатном и (или) электронном виде;

–дублирование звуковой справочной информации проводимых в процессе практики мероприятий визуально;

–присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;

4) для лиц с тяжелыми нарушениями речи, глухих, слабослышащих личное собеседование по итогам прохождения практики может быть заменено вместо устной формы - на письменную;

5) для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата, нарушениями двигательных функций верхних конечностей или отсутствием верхних конечностей:

–письменные задания выполняются на компьютере с созданием специализированных условий;

–задания, выполняемые при организации практики в письменной форме, проводятся в устной форме.

Указанные выше условия предоставляются обучающимся на основании письменного заявления, содержащего сведения о необходимости создания соответствующих специальных условий.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по производственной практике: «Научно-педагогическая практика» для обучающихся Факультет магистерской подготовки 1 курса для очной и заочной форм обучения направления подготовки 49.04.01 «Физическая культура», профиля «Фитнес-инноватика»

III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Рекреации и спортивно-оздоровительного туризма.

Сроки прохождения практики: 1,2 семестр для заочной формы обучения.

Форма промежуточной аттестации: Зачет с оценкой.

IV. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

Заочная форма обучения

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение индивидуальных заданий	60 баллов
2	Оформление отчета (качество оформления, включая грамотность изложения, наличие сносок и библиографии, наличие приложений к отчету)	20 баллов
3	Защита отчета (Зачет с оценкой)	20 баллов
	ИТОГО	100 баллов

**Виды дополнительных заданий для обучающихся,
пропустивших дни практики**

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное количество баллов
1	Изучение и анализ основных документов, регламентирующих организацию и проведение учебного процесса на кафедре (Закон об образовании РФ, ФГОС, УМКД, учебные графики, расписание занятий)	7
3	Письменный анализ 3-х занятий (лекции, семинара, практического занятия) преподавателей кафедры	10
4	Разработка конспектов к проведению занятий	7
5	Проведение 3 занятий под руководством преподавателя	25
6	Участие в воспитательных и научных мероприятиях кафедры или университета	5
7	Подготовка отчетной документации	15

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по практике, завершающихся
дифференцированным зачётом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по практике
при проведении текущего контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Методические материалы для обучающихся по проведению практики

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»

ОТЧЕТ

о прохождении производственной практики
(вид практики)

Научно-педагогическая практика
(тип/этап практики)

Сроки практики (в соответствии с приказом): _____

Направление подготовки: 49.04.01 – «Физическая культура»

Профиль/Направленность: «Фитнес-инноватика»

Курс _____

Форма обучения _____

Обучающийся (ФИО) _____

Наименование кафедры:

Рекреации и спортивно-оздоровительного туризма

Руководитель практики от РУС ГЦОЛИФК

(ФИО)

20__ / 20__ учебный год

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПЛАН ПРОХОЖДЕНИЯ ПРАКТИКИ МАГИСТРАНТА

с «__» _____ по «__» _____ 20__ г.

(фамилия, имя, отчество)

№ п\п	Содержание работы	Срок выполнения	Отм. о вып.

Магистрант _____
(подпись, фамилия)

Руководитель практики _____
(подпись, фамилия)

ГРАФИК ПРОХОЖДЕНИЯ ПРАКТИКИ

Магистранта _____

[illegible]

Руководитель практики _____
(подпись, фамилия)

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

[illegible]

АНАЛИЗ ЛЕКЦИИ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ КАФЕДРЫ

Лектор _____

Дата проведения лекции _____

Тема:

План лекции

ХАРАКТЕРИСТИКА ЛЕКЦИОННОГО ЗАНЯТИЯ:

Вид лекции _____

Степень реализации информационной функции лекции

Степень реализации дидактической функции лекции

Степень реализации стимулирующей функции лекции

Степень реализации воспитывающей функции лекции

Степень реализации развивающей функции лекции

Вывод:

АНАЛИЗ ПРАКТИЧЕСКОГО ЗАНЯТИЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ КАФЕДРЫ

Лектор _____

Дата проведения практического занятия _____

Тема:

План практического занятия

ХАРАКТЕРИСТИКА ПРАКТИЧЕСКОГО ЗАНЯТИЯ:

Вид практического занятия

Степень реализации дидактической функции практического занятия

Степень реализации стимулирующей функции практического занятия

Степень реализации воспитывающей функции практического занятия

Степень реализации развивающей функции практического занятия

Вывод:

АНАЛИЗ СЕМИНАРСКОГО ЗАНЯТИЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ КАФЕДРЫ

Лектор _____

Дата проведения семинарского занятия _____

Тема: _____

План семинарского занятия

ХАРАКТЕРИСТИКА СЕМИНАРСКОГО ЗАНЯТИЯ:

Вид семинарского занятия

Степень реализации дидактической функции семинарского занятия

Степень реализации стимулирующей функции семинарского занятия

Степень реализации воспитывающей функции семинарского занятия

Степень реализации развивающей функции семинарского занятия

Вывод:

ПЛАН-КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ МАГИСТРАНТА

ДАТА ПРОВЕДЕНИЯ _____

Студенческая группа _____

Форма обучения _____

Задачи:

Тема:

ПЛАН

Место проведения _____

Оборудование и инвентарь

Содержание	Время	Организационно-методические указания

Замечания:

Оценка за проведение _____

Преподаватель _____

(Фамилия И.О., подпись)

САМОАНАЛИЗ ПРОВЕДЕННОГО ЗАНЯТИЯ

Дата проведения _____

Студенческая группа _____

Форма обучения _____

Задачи:

Тема:

План:

Место проведения _____

Оборудование и инвентарь

Степень реализации информационной функции занятия

Степень реализации дидактической функции занятия

Степень реализации стимулирующей функции занятия

Степень реализации воспитывающей функции занятия

Степень реализации развивающей функции занятия

Выводы

Направления самосовершенствования

ХАРАКТЕРИСТИКА СТУДЕНЧЕСКОЙ ГРУППЫ

Информационная (номер группы, курс, институт, специализация, количество человек и т.п.):

Психолого-педагогическая (мотивы учения, актив группы, успеваемость, сплоченность коллектива, ответственность, организованность)

Выводы:

Рекомендации

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue or grey ruling lines, typical of notebook paper. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Лекции _____

Практические занятия _____

**ПЕРЕЧЕНЬ МЕРОПРИЯТИЙ, В ОРГАНИЗАЦИИ КОТОРЫХ ПРИНЯЛ
УЧАСТИЕ МАГИСТРАНТ
(воспитательных, спортивных, научных и т.п.)**

**ОБЪЕМ РАБОТЫ, ВЫПОЛНЕННЫЙ ПО СО-РУКОВОДСТВУ
ПОДГТОВКОЙ ВУПУСКНЫХ КВАЛИФИКАЦИОННЫХ РАБОТ
СТУДЕНТОВ, ВКЛЮЧАЯ ПОДГОТОВКУ ДОКЛАДОВ И
ВЫСТУПЛЕНИЙ НА КОНФЕРЕНЦИЯХ УНИВЕРСИТЕТА**

КАРТОЧКА УЧЁТА ПРАКТИКИ

(дневник практиканта)

в должности _____

магистранта _____

(фамилия, имя, отчество)

Дата	Наименование мероприятия	Отчет о содержании деятельности	Оценка	Должность и подпись проверявшего

Руководитель практики _____
(подпись, фамилия)

Заключение руководителя практики

Фамилия, имя магистранта _____

Год обучения _____

Основные результаты прохождения практики

Замечания

Оценка за прохождение практики _____

Руководитель практики _____
(подпись, фамилия)

Индивидуальное задание практики Научно-педагогическая практика

обучающийся _____ курса, _____ формы обучения,
направления подготовки 49.04.01 «Физическая культура»
направленность «Фитнес-инноватика»
ФИО _____
способ проведения практики _____

(концентрированно/рассредоточено)

Сроки практики: с _____ 20 _____ года по _____ 20 _____ года.

Индивидуальное задание:	Содержание практики:	Планируемые результаты практики:
Принять участие в установочной конференции «Задачи и содержание научно-педагогической практики магистрантов». Совместно с руководителем составить индивидуальное задание по научно-педагогической практике. Ознакомление с материально-технической базой практики. Изучить основные документы, регламентирующие организацию и проведение учебного процесса на кафедре. Посетить и проанализировать 5 занятий (лекций, семинаров, практических занятий) ведущих преподавателей университета. Сделать письменный анализ 3-х занятий (лекции, семинара, практического занятия) преподавателей кафедры. Самостоятельно разработать конспекты к проведению занятий. Провести лекционные занятия со студентами в качестве ассистента преподавателя (3 занятий) по подготовленным конспектам. Провести семинарские занятия со студентами в качестве ассистента преподавателя (3 занятий) по подготовленным конспектам. Выполнить письменный самоанализ проведенных занятий в качестве ассистента преподавателя. Провести зачетные занятия под руководством преподавателя. Осуществить со-руководство подготовкой выпускных квалификационных работ студентов, включая подготовку докладов и выступлений на конференциях университета. Принять участие в организации и проведении воспитательных, спортивных и научных мероприятий кафедры, университета. Заполнить дневника практики. Оформить отчетную документацию по практике. Защитить отчет по практике. Принять участие в заключительной конференции по итогам практики	Знать структуру и содержание основных документов, определяющих реализацию учебного процесса в высшей школе, структуру и содержание учебного методического комплекса дисциплины (УМКД), особенности проведения учебных занятий различного типа (лекционных, семинарских, практических, методических); структуру и содержание учебной, научно-исследовательской и работы на кафедре университета; Сформировать умения проводить учебные занятия со студентами по темам, определенным руководителем практики и согласованными с ведущим преподавателем; анализировать учебное занятие (в том числе, проводимое ведущими преподавателями университета); использовать результаты собственных научных исследований в педагогической деятельности; Овладеть педагогическими технологиями проведения различных видов занятий в системе высшего образования в сфере физической культуры и спорта; технологиями использования результатов научных исследований в практике педагогической деятельности.	Сформировать способность: - действовать в нестандартных ситуациях, нести социальную этическую ответственность принятые решения; - к саморазвитию, самореализации использованию творческого потенциала; - руководить коллективом в сфере своей профессиональной деятельности, толерантно воспринимая социальные этнические, конфессиональные культурные различия; - применять в педагогической деятельности актуальные технологии, организационные формы, методы, приемы и средства обучения и воспитания с целью повышения качества образовательного процесса; - осуществлять учебно-методическое обеспечение образовательной деятельности с учетом новейших достижений педагогической науки и практики - применять в образовательном процессе технологическое педагогическое контро. результатов обучения воспитания, интерпретировать результаты и вносить коррективы организацию образовательной деятельности и в повышении результативности образовательного процесса; - выполнять научные исследования в образовательной деятельности использовать их результаты в целях повышения эффективности педагогического процесса.

Руководитель от профильной организации _____
(подпись) (ФИО)

Руководитель практикой от РУС ГЦОЛИФК _____
(подпись) (ФИО)

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



Факультет магистерской подготовки

Кафедра рекреации и спортивно-оздоровительного туризма

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ПРАКТИКИ**

Производственная практика
(вид практики)

Б2.О.02 (П) Научно-педагогическая практика
(тип практики)

Направление подготовки: **49.04.01 «Физическая культура»**
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Фитнес-инноватика»
(наименование)

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

1. Цель и задачи прохождения практики: участие в организации и проведении учебно-методического процесса и научно-исследовательской работы на кафедре рекреации и спортивно-оздоровительного туризма университета.

Обучение ведется на русском языке.

Задачи научно-педагогической практики:

- Изучить учебно-методическую работу кафедры рекреации и спортивно-оздоровительного туризма
- Участвовать в подготовке методических материалов для проведения учебного процесса кафедры рекреации и спортивно-оздоровительного туризма
- Приобретение опыта преподавательской деятельности по профилям направления 49.03.03 – «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

1.Вид, тип практики, способ и форма ее проведения:

Вид практики: Производственная практика

Тип практики: Научно-педагогическая практика

Производственная практика «Научно-педагогическая практика» проводится следующим **способом:** стационарно в форме : непрерывно на заочной форме обучения, а также в форме практической подготовки.

Объем, продолжительность и содержание практики, формы отчетности.

Общий объем практики составляет 6 **зачетных единиц**, продолжительность **4 недели, академических часов - 216.**

Форма отчетности: дифференцированный зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел практики	Семестр	Виды работ, осуществляемые при прохождении практики, включая самостоятельную работу обучающихся	Количество академических часов (в соответствии с учебным планом и видами работ)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
1	Подготовительный этап практики	1	1.Участие в установочной конференции «Задачи и содержание научно-педагогической практики магистрантов» 2.Определение индивидуальных заданий по научно-педагогической практики	12	
2	Содержательный этап практики	1,2	1.Ознакомление с материально-технической базой практики. 2.Изучение и анализ основных документов, регламентирующих организацию и проведение учебного процесса на кафедре (Закон об образовании РФ, ФГОС, УМКД, учебные графики, расписание занятий). 3. Наблюдение и анализ 3-х занятий (лекций, семинаров, практических занятий) 4. Письменный анализ 3-х занятий (лекции, семинара, практического занятия) преподавателей кафедры. 5. Разработка конспектов к проведению занятий (не менее 3). 6.Проведение занятий со студентами в качестве ассистента преподавателя (3 занятий) 7.Проведение занятий со студентами с помощью преподавателя (2 занятий) 8.Систематическое (еженедельное) проведение занятий со студентами в течение учебного года: лекций (не менее 2), семинаров (не менее 2), практических занятий (не менее 3). 9. Письменный самоанализ проведенных занятий 10.Проведение зачетных занятий (не менее одного по каждому виду) 11.Совместно с преподавателем осуществление подготовки выпускной квалификационной	184	

			работы студента, включая подготовку докладов и выступлений на конференциях университета 12.Организация и проведение воспитательных, спортивных и научных мероприятий кафедры, университета. 13.Ведение дневника практики.		
3	Результативно-аналитический этап практики	2	1.Оформление отчётной документации по практике и представление её руководителю 2.Защита отчета по практике 3.Участие в заключительной конференции по итогам практики	20	
Итого часов:				216	Зачет с оценкой

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



Факультет магистерской подготовки

Кафедра рекреации и спортивно-оздоровительного туризма

ПРОГРАММА ПРАКТИКИ

Производственная практика
(вид практики)

Б2. О. 03(П) Преддипломная практика
(тип практики)

Направление подготовки: 49.04.01 «Физическая культура»
(код и наименование)

Направленность (профиль):
«Фитнес-инноватика»
(наименование)

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

Программа практики утверждена и рекомендована
Межинститутским советом
Протокол № 03-11-24 от «21» ноября 2024 г.

Составители: Гониянц Степан Александрович – кандидат педагогических наук,
профессор, профессор кафедры РиСОТ РУС ГЦОЛИФК

Программа практики согласована с кафедрой Рекреации и спортивно-оздоровительного туризма РУС ГЦОЛИФК.

1.Цели и задачи прохождения практики

Целями преддипломной практики по направлению 49.04.01 «Физическая культура» являются: обобщение, систематизация, конкретизация и закрепление теоретических знаний на основе изучения опыта работы конкретных организаций по основным направлениям их деятельности; углубленное изучение профильных дисциплин на основе приобретения практического опыта для апробации полученных теоретических знаний и закрепление полученных компетенций, навыков и умений в процессе разнообразной физкультурно-оздоровительной и педагогической деятельности; подготовка экспериментального материала для написания магистерской диссертации.

Преддипломная практика реализуется на русском языке.

2. Вид практики, способ и формы (форма) ее проведения

Вид практики: Производственная

Тип практики Преддипломная практика

Практика проводится следующим способом стационарно и форме – непрерывно на заочной форме обучения, а также в форме практической подготовки.

3.Место практики в структуре ООП

Данная практика входит в раздел «Б.2. Практики. Обязательная часть». Прохождение производственной практики «Преддипломная практика» является обязательным этапом обучения магистра, ей предшествуют дисциплины: «Современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности», «Актуальные проблемы и тенденции развития фитнеса», «Возрастные аспекты физиологии оздоровительной тренировки», «Теория и методика физической рекреации», «Научно-методический семинар», «Организационное обеспечение деятельности фитнес индустрии», «Теория и технология медико-биологических измерений в физкультурно-оздоровительной деятельности», «Передовые тренажерные технологии в фитнесе», а также другие обязательные дисциплины и дисциплины части, формируемой участниками образовательных отношений.

4.Перечень планируемых результатов обучения при прохождении практики, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по практике	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК – 2	Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла			5
УК-2.1.	Знает законодательство Российской Федерации, регламентирующее деятельность в области физической культуры и спорта;			5
УК-2.2.	Умеет изучать тенденции развития соответствующей области научного знания, требования рынка труда, образовательные потребности и возможности, обучающихся с целью определения актуальной тематики исследовательской, проектной и иной деятельности обучающихся по программам бакалавриата и(или) ДПП			5
УК-2.3.	Имеет опыт разработки комплексных целевых программ по различным видам спорта.			5
УК – 3	Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели			5
УК-3.1.	Знает методы оказания профессиональной поддержки специалистов, участвующих в организации исследовательской, проектной деятельности обучающихся по программам ВО и(или) ДПП			5
УК-3.2.	Умеет использовать групповые формы принятия решений;			5
УК – 6	Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки			5
УК-6.1.	Знает технологии определения профессиональной компетентности, основы рациональной организации труда;			5
УК-6.2.	Умеет оценивать результаты собственной профессиональной деятельности, вносить в нее коррективы			5
УК-6.3.	Имеет опыт разработки собственных методических решений при реализации программ профессионального обучения			5

5.Объем, продолжительность и содержание практики, формы отчетности.

Общий объем практики составляет 8 **зачетных единиц**, продолжительность – 5 и 1/3 недели, **академических часов** (в соответствии с учебным планом) - **288**.

Содержание практики

Заочная форма обучения

	Раздел практики	Семестр	Виды работ, осуществляемые при прохождении практики, включая самостоятельную работу обучающихся	Количество академических часов (в соответствии с учебным планом и видами работ)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
1	Подготовительный этап практики	5	1.Участие в установочной конференции по преддипломной практике 2.Определение индивидуальных заданий по прохождению преддипломной практики	16	
2	Содержательный этап практики	5	1.Проведение самостоятельных занятий со студентами (1 практическое занятие, 1 семинарское занятие) 2.Подготовка полного текста магистерской диссертации 3.Подготовка доклада на кафедральной конференции молодых ученых 4. Подготовка презентации по докладу 4. Подготовка тезисов доклада на конференции молодых ученых	252	
3	Результативно-аналитический этап практики	5	1.Оформление отчетной документации по практике и представление её руководителю 2.Защита отчета по практике 3.Участие в заключительной конференции по итогам практики	20	
Итого часов:				288	Зачет с оценкой

6. Оценочные средства (фонд оценочных средств) для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по практике.

6.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, представлены в Информационной справке по практике (Приложение 1 к программе практики).

6.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по практике.

Дифференцированный зачет по практике проводится в форме защиты представляемого отчёта по практике путём личного собеседования с руководителем практики от РУС ГЦОЛИФК.

7. Перечень учебной литературы и ресурсов сети «Интернет», необходимых для проведения практики.

а) Основная литература:

13.Виноградов П.А. Основы физической культуры и здорового образа жизни: учеб. пособие / Виноградов П.А., Душанин А.П., Жолдак В.И. - М.: Сов. спорт, 1996. - 588 с.: табл.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=78224&DocQuerID=11775200&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

14.Глазырина Л.Д., Овсянкин В.А. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста. - М.: Гуманитарный издательский центр Владос, 2001. -175 с.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=122733&DocQuerID=11775199&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

15.Дормидонтова Л.С. Профессиональная деятельность специалистов физической культуры и спорта / Л.С. Дормидонтова ; Сиб. гос. акад. физ. культуры, Каф. упр., экономики и права. - Омск: [СибГАФК], 2001. - 126 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=35149&DocQuerID=11775201&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

16.Купер К. Аэробика для хорошего самочувствия : пер. с англ. / Купер К. - М.: ФиС, 1989. - 224 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=32349&DocQuerID=11775202&DocTy>

pID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

17.Максименко А.М. Теория и методика физической культуры : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению 032100 и специальности 032101 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / А.М. Максименко. - Изд. 2-е, испр. и доп. - М.: Физ. культура, 2009. - 492 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=172870&DocQuerID=11775205&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

18.Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению 032100 и специальности 032101 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / Л.П. Матвеев. - [3-е изд., перераб. и доп.]. - М.: ФиС: СпортАкадемПресс, 2008. - 543 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=163648&DocQuerID=11775207&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

19.Менхин Ю.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика : учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101, 032102, 032103 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / Ю.В. Менхин, А.В. Менхин. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Физкультура и спорт, 2009. - 429 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=184911&DocQuerID=11775208&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

20.Погадаев Г.И. Организация и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий в школе : 1-11 кл. : метод. пособие / Г.И. Погадаев, Б.И. Мишин. - М.: Дрофа, 2005. - 111 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=148458&DocQuerID=11775210&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

21.Руненко С.Д. Врачебный контроль в фитнесе / С.Д. Руненко. – М.: Сов. Спорт, 2009. – 192 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=186963&DocQuerID=11775211&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

22.Селуянов, В.Н. Основы теории оздоровительной физической культуры : Учеб. пособие для инструкторов оздоровит. физ. культуры / Селуянов В.Н.,

Мякинченко Е.Б. - М.: РГАФК, 1994. - 35 с.: ил.
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=78212&DocQuerID=11775212&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

23.Сиднева, Л.В. Оздоровительная аэробика и методика ее преподавания : [учеб. пособие для студентов, обучающихся по специальности] 022300 : [рек. Умо по физ. культуре] / [Сиднева Л.В., Гониянц С.А.] ; М-вом образования РФ Учеб.-метод. об-ние по образованию в обл. физ. культуры. - М., 2000. - 74 с.: ил.
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=107155&DocQuerID=11775216&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

24.Сонькин В.Д. Развитие мышечной энергетики и работоспособности в онтогенезе / В.Д. Сонькин, Р.В. Тамбовцева ; Рос. акад. образования, Ин-т возрастной физиологии. - М.: URSS: [Либроком], [2011]. -365 с.: ил.
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=191553&DocQuerID=11775218&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

б) Дополнительная литература:

10.Бальсевич, В.К. Онтокинезиология человека / В.К. Бальсевич. - Москва: Теория и практика физической культуры, 2000. - 275 с.: ил.

URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/81362.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/81362.pdf)

11.Боген, М.М. Обучение двигательным действиям / М.М. Боген .— Москва : Физическая культура, 1985 .— 194 с. : ил. — URL: <https://lib.rucont.ru/efd/862769>

12.Зациорский, В.М. Кинематика движений человека : лекция для студентов ГЦОЛИФКа / Зациорский В.М.; ГЦОЛИФК. - Москва, 1990. - 24 с.

URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/22640.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/22640.pdf)

13.Зациорский, В.М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В.М. Зациорский .— 5-е изд., стер. — Москва : Спорт, 2020 .— 201 с. : ил. — ISBN 978-5-906132-49-9 .— URL: <https://lib.rucont.ru/efd/727778>

14.Купер, К. Аэробика для хорошего самочувствия : [пер. с англ.] / Купер Кеннет. - Москва: ФиС, 1987. - 190 с.

URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/32350.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/32350.pdf)

15.Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты [Электронный ресурс] : учеб. для завершающего уровня высш. физкультур. образования : доп. Гос. ком. РФ по физ. культуре, спорту и туризму / Матвеев Лев Павлович. - Изд. 3-е, испр. и доп. - Москва: [Известия], 2001. - 323 с.: ил.

URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/106197.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/106197.pdf)

16.Матвеев, Л.П. Основы спортивной тренировки: учеб. пособие для ин-тов физ. культуры : доп. Ком. по физ. культуре и спорту при Сов. Министров СССР / Л.П. Матвеев. - Москва: ФиС, 1977. - 280 с.: ил. 196 экз.

URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/39624.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/39624.pdf)

17.Платонов, В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте : учеб. для студентов вузов физ. воспитания и спорта : доп. М-вом Украины по делам молодежи и спорта / В.Н. Платонов. - Киев: Олимп. лит., 1997. - 583 с.: ил.

URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/79913.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/79913.pdf)

18.Полянский, В.П. Теоретико-методические основы совершенствования прикладной физической культуры (ее содержание и форм) в современном обществе : дис. ... д-ра пед. наук / Полянский В.П.; РГАФК. - Москва, 1999. - 354 с.: ил.

URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Dissers/Scan/83189.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Dissers/Scan/83189.pdf)

14. Смирнов, С.Д. Педагогика и психология высшего образования : от деятельности к личности : учеб. пособие для студентов, обучающихся по направлению и специальностям психологии : рек. М-вом РФ / С.Д. Смирнов. - 3-е изд., стер. - М.: Academia, 2007. - 394 с.

URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/162993.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/162993.pdf)

18.Холодов, Ж.К. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта : учеб. пособие для студентов ВУЗов физ. культуры / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - 2-е изд., стер. - Москва: Academia, 2005. - 143 с.

URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/126805.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/126805.pdf)

19.Шолих, М. Круговая тренировка: теорет., метод. и организац. основы од. из соврем. форм использования физ. упражнений в шк. и спортив. тренировке / М. Шолих ; [пер. с нем Л.М. Мирского] ; под общ. ред. Л.П. Матвеева. - 2-е изд. - Москва: Спорт, 2021. - 212 с.: ил.

URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Rucont/355633.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Rucont/355633.pdf)

20.Введение в педагогическую деятельность : Учеб. пособие для студентов пед. вузов, обучающихся по спец.: 030900 - Дошк. педагогика и психология; 031000 - Педагогика и психология; 031200 - Педагогика и методика нач. образования; 033400 - Педагогика : рек. УМО / ред. Роботова Алевтина Сергеевна. - М.: Academia, 2002. - 208 с.

URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/OCR/b116362_.doc](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/OCR/b116362_.doc)

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

4.<http://umu.sportedu.ru/> - Сайт РУС ГЦОЛИФК

5.<http://минобрнауки.рф/> - Сайт Министерства образования и науки РФ

6.<http://www.obrnadzor.gov.ru/ru/> - Сайт Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки

8. Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

–программное обеспечение практики:

Операционная система – Microsoft Windows 10;

Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;

Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;

Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

Электронные библиотечные системы:

3.Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru.

4.Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту lib.gtsolifk.ru.

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

10)Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система (informio.ru).

11)Научно-теоретический журнал "Теория и практика физической культуры". - <http://www.teoriya.ru/journals/>

12)Научно-методический журнал "Физическая культура: воспитание, образование, тренировка". - <http://www.teoriya.ru/fkvot/>

13)Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.

14) Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.

15) Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.

16)Олимпийский комитет России <http://olympic.ru/>

17)ВФСК ГТО <https://www.gto.ru/>

18)Министерство спорта Российской Федерации <https://www.minsport.gov.ru/>

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

5)Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru).

6)Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система (<https://elibrary.ru>).

7)Научная электронная библиотека <https://rusneb.ru>

9. Описание материально-технической базы, необходимой для проведения практики

Для проведения преддипломной практики необходим мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональные компьютеры с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия), а также учебную аудиторию для проведения самостоятельной работы обучающихся с указанным выше специализированным оборудованием, комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

Обучающийся должен быть обеспечен доступом к:

- нормативно-правовым и методическим материалам, регламентирующим разработку и реализацию программ и мероприятий физкультурно-оздоровительных технологий;
- отчётам о массовых физкультурно-оздоровительных мероприятиях;
- уставным документам организаций, реализующих программы и мероприятия физкультурно-оздоровительной деятельности.

10. Методические материалы для обучающихся по проведению практики. *(Приложение 3 к программе практики)*

11. Особенности проведения практики для числа лиц с ограниченными возможностями здоровья

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

Содержание преддипломной практики не создаёт препятствий для её прохождения обучающимся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам, которым не противопоказано получение высшего образования уровня профессионального образования - магистратура.

При этом, в структурных подразделениях РУС ГЦОЛИФК созданы материально-технические условия, обеспечивающие возможность беспрепятственного доступа обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в аудитории, туалетные и другие помещения, а также их пребывания в указанных помещениях.

При получении высшего образования по ООП (ОПОП) обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляются бесплатно учебная литература, указанная в пункте 7 настоящей программы практики и адаптированная в соответствии с особенностями обучающегося, а также услуги сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков.

Продолжительность выполнения отдельных заданий для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья увеличивается по их заявлению на количество времени, согласованное с руководителем практики от РУС ГЦОЛИФК.

Обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья могут в процессе прохождения практики и выполнении отдельных заданий пользоваться техническими средствами, необходимыми им в связи с их индивидуальными особенностями.

При прохождении практики и выполнении отдельных заданий обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся с ограниченными возможностями здоровья:

1) для слепых:

– задания для выполнения оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера с созданием специализированных условий для слепых, либо зачитываются руководителем практики;

– письменные задания выполняются на компьютере с созданием специализированных условий для слепых;

– обучающимся, при необходимости, предоставляется компьютер с созданием специализированных условий для слепых;

– присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;

2) для слабовидящих:

– обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;

– обучающимся для выполнения заданий, при необходимости, предоставляется увеличивающее устройство; возможно также использование собственных увеличивающих устройств;

– задания для выполнения, а также инструкция по выполнению заданий оформляются увеличенным шрифтом;

– присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;

3) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

– обеспечивается наличие звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования, при необходимости обучающимся предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;

– задания предоставляются в печатном и (или) электронном виде;

– дублирование звуковой справочной информации проводимых в процессе практики мероприятий визуально;

– присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;

4) для лиц с тяжелыми нарушениями речи, глухих, слабослышащих личное собеседование по итогам прохождения практики может быть заменено вместо устной формы - на письменную;

5) для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата, нарушениями двигательных функций верхних конечностей или отсутствием верхних конечностей:

–письменные задания выполняются на компьютере с созданием специализированных условий;

–задания, выполняемые при организации практики в письменной форме, проводятся в устной форме.

Указанные выше условия предоставляются обучающимся на основании письменного заявления, содержащего сведения о необходимости создания соответствующих специальных условий.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по производственной Преддипломной практике для обучающихся
Факультет магистерской подготовки 3 курса заочной формы обучения
направления 49.04.01 «Физическая культура» программа «Фитнес-
инноватика»**

VI. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра Рекреации и спортивно-оздоровительного туризма
Сроки изучения практики: 5 семестр заочная форма обучения.
Форма промежуточной аттестации *дифференцированный зачет*.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на заочной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1.	Прохождение инструктажа по технике безопасности	23	5
2.	<i>Выполнение индивидуального задания.</i> Освоение учебно-методических материалов практики и определение актуальной предметной области для проведения научного исследования.	23-24	10
3.	<i>Выполнение индивидуального задания.</i> Разработка программы научного исследования. Сбор необходимой информации.	24-25	10
4.	<i>Выполнение индивидуального задания.</i> Предварительное качественное описание собранного материала по актуальным основаниям. Обработка эмпирического материала.	26-27	10
5.	<i>Выполнение индивидуального задания.</i> Оценка и интерпретация полученных результатов по актуальным основаниям.	28-35	10
6.	<i>Выполнение индивидуального задания.</i> Формирование магистерской диссертации. Апробация результатов исследования.	28-35	10
7.	<i>Оформление отчета (качество оформления, включая грамотность изложения, наличие сносок и библиографии, наличие приложений к отчету).</i>	35-37	20
8.	<i>Выполнение индивидуального задания.</i> Подготовка доклада на конференцию по теме исследования и выступление	38-39	10
9.	дифференцированный зачет	<i>В соответствии с расписанием</i>	15
	ИТОГО		100 баллов

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по практике, завершающейся дифференцированным зачётом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по практике при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Индивидуальное задание (содержание и результаты) практики

Вид практики: производственная

Тип практики: Преддипломная

обучающийся ____ курса, очной/заочной формы обучения,
направления подготовки 49.04.01 «Физическая культура»

Магистерская программа «Фитнес-инноватика»

(ФИО обучающегося)

способ проведения практики _____

(концентрированно/рассредоточено)

Сроки практики: с ____ 20__ года по ____ 20__ года.

Индивидуальное задание:	Содержание практики:	Планируемые результаты практики:
Пройти инструктаж по технике безопасности. Подготовить доклад на конференцию по теме исследования и выступление. Проанализировать получаемую информацию, выполнить задания и подготовить отчет по практике Подготовить магистерскую диссертацию. Пройти предварительную защиту на кафедре. Подготовить отчет по практике.	Знать: - понятийно-категориальный аппарат, методологию, структуру и место ФОД в профессиональном образовании отрасли «Физическая культура»; - способы определения величины нагрузок, адекватных психофизическим возможностям индивида в различных климатогеографических условиях мест проведения занятий и мероприятий по циклам различной продолжительности; Уметь: - осуществлять непрерывное самообразование в области физкультурно-оздоровительной деятельности; - самостоятельно анализировать состояние отрасли физическая культура; - изучать, критически оценивать научно-педагогическую информацию, отечественный и зарубежный опыт по тематике исследований, созданию новой продукции в физкультурно-оздоровительной деятельности;	- Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла - Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели - Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки

	- планировать и проводить аналитические, имитационные и экспериментальные исследования, критически оценивать данные, делать выводы и прогнозы их решения в сфере физкультурно-оздоровительной деятельности; - составлять и оформлять материалы для экспертных заключений, отчетов, написания аналитических справок, обзор по проблемам физкультурно-оздоровительной деятельности; - анализировать состояние и выявлять актуальные проблемы научного исследования, ставить конкретные задачи их решения в целях повышения эффективности образовательного процесса для сферы физкультурно-оздоровительной деятельности; Владеть: - самостоятельно выявлять актуальные проблемы исследования, ставить конкретные задачи их решения в области физкультурно-оздоровительной деятельности; - использовать в профессиональной деятельности современные технологии, средства и методы научных исследований в сфере физкультурно-оздоровительной деятельности; - донести свои выводы и различные точки зрения, принципы, концепции по ФОД до специалистов	
--	--	--

	сферы физкультурно-оздоровительной деятельности и неспециалистов; - разрабатывать практико-ориентированные программы в области физкультурно-оздоровительной деятельности с учетом реальных и прогнозируемых потребностей личности и общества.	
--	---	--

Руководитель от профильной организации _____
(подпись) (ФИО)

Руководитель практикой от РУС ГЦОЛИФК _____
(подпись) (ФИО)

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



Факультет магистерской подготовки

Кафедра рекреации и спортивно-оздоровительного туризма

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ПРАКТИКИ**

Производственная практика
(вид практики)

Б2. О. 03(П) Преддипломная практика
(тип практики)

Направление подготовки: **49.04.01 «Физическая культура»**
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Фитнес-инноватика»
(наименование)

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

1. Цели и задачи прохождения практики

Целями преддипломной практики по направлению 49.04.01 «Физическая культура» являются: обобщение, систематизация, конкретизация и закрепление теоретических знаний на основе изучения опыта работы конкретных организаций по основным направлениям их деятельности; углубленное изучение профильных дисциплин на основе приобретения практического опыта для апробации полученных теоретических знаний и закрепление полученных компетенций, навыков и умений в процессе разнообразной физкультурно-оздоровительной и педагогической деятельности; подготовка экспериментального материала для написания магистерской диссертации.

Преддипломная практика реализуется на русском языке.

2. Вид практики, способ и формы (форма) ее проведения

Вид практики: Производственная

Тип практики Преддипломная практика

Практика проводится следующим способом стационарно и форме – непрерывно на заочной форме обучения, а также в форме практической подготовки.

3. Объем, продолжительность и содержание практики, формы отчетности.

Общий объем практики составляет 8 зачетных единиц, академических часов (в соответствии с учебным планом) - **288**.

Форма отчетности: дифференцированный зачет

Содержание практики

Заочная форма обучения

	Раздел практики	Семестр	Виды работ, осуществляемые при прохождении практики, включая самостоятельную работу обучающихся	Количество академических часов (в соответствии с учебным планом и видами работ)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
1	Подготовительный этап практики	5	1. Участие в установочной конференции по преддипломной практике 2. Определение индивидуальных заданий по прохождению преддипломной практики	16	
2	Содержательный этап практики	5	1. Проведение самостоятельных занятий со студентами (1 практическое занятие, 1	252	

			семинарское занятие) 2.Подготовка полного текста магистерской диссертации 3.Подготовка доклада на кафедральной конференции молодых ученых 4. Подготовка презентации по докладу 4. Подготовка тезисов доклада на конференции молодых ученых		
3	Результативно-аналитический этап практики	5	1.Оформление отчётной документации по практике и представление её руководителю 2.Защита отчета по практике 3.Участие в заключительной конференции по итогам практики	20	
Итого часов:				288	Зачет с оценкой

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



Факультет магистерской подготовки

Кафедра рекреации и спортивно-оздоровительного туризма

ПРОГРАММА ПРАКТИКИ

Производственная практика

Тип

Б2.В.01(П) Научно-исследовательская работа

Вид

Направление подготовки
49.04.01 – Физическая культура

Направленность (профиль): Фитнес-инноватика

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

Программа практики утверждена и рекомендована
Межинститутским советом
Протокол № 03-11-24 от «21» ноября 2024 г.

Составитель:

Гониянц Степан Александрович – кандидат педагогических наук, профессор,
профессор кафедры РиСОТ РУС ГЦОЛИФК,

Программа практики «Научно-исследовательская работа» согласована с
кафедрой Рекреации и спортивно-оздоровительного туризма РУС ГЦОЛИФК

1.Цели и задачи прохождения практики: подготовить магистранта к самостоятельной научно-исследовательской работе, ключевым результатом которой является написание и успешная защита магистерской диссертации. Для организаторов НИР эта цель конкретизируется как содействие становлению профессиональной компетентности исследователя. Для самих практикантов эта цель конкретизируется как обретение опыта научно-исследовательской работы посредством использования достижений современной спортивной науки и практики при разрешении актуальных противоречий.

Задачи практики «Научно-исследовательская работа»:

В процессе выполнения заданий по научно-исследовательской работе магистрант должен:

- научиться формулировать и решать проблемы (задачи), возникающие в ходе выполнения научно-исследовательской работы;
- определять необходимые методологические подходы к изучению проблемы, исходя из задач конкретного научного исследования;
- применять современные информационные технологии при проведении научных исследований;
- систематизировать полученные результаты, анализировать их (при подготовке отчета по научно-исследовательской работе, докладов, презентаций, научных статей и тезисов, магистерской диссертации);
- знать историю развития конкретной научной проблемы, ее роли и места в современной спортивной науке;
- иметь конкретные специфические знания по научной проблематике, изучаемой магистрантом;
- умение работать с конкретными программными продуктами и конкретными ресурсами Интернета и др.
- подготовить и оформить отчёт по НИР в соответствии с утвержденной формой.

Таким образом, НИР призвана создать условия для практического использования магистрантами накопленных знаний и оформления их в виде научной работы, для формирования опыт сбора первичной информации, её первичного анализа, обработки, оценки, интерпретации и оформления полученных результатов в виде магистерской диссертации. При условии включённости магистрантов в эту работу, при систематическом использовании знаний, у них развивается способность мыслить теоретически - мыслить на понятийном уровне. Таким образом, при систематической работе в организуемых условиях НИР у магистрантов развивается профессиональная исследовательская компетентность.

Научно-исследовательская работа реализуется на русском языке.

2.Вид практики, способ и формы (форма) ее проведения

Вид практики - производственная.

Тип практики - научно-исследовательская работа.

Практика проводится следующим способом - стационарно и в форме – непрерывно, а также в форме практической подготовки.

3.Место НИР в структуре ООП магистратуры: данная практика входит в раздел «Блок 2 «Практика», раздел «Часть, формируемая участниками образовательных отношений».

Прохождение производственной практики «Научно-исследовательская работа» является обязательным этапом обучения магистра, и реализуется параллельно со следующими дисциплинами: «Современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности», «Возрастные аспекты физиологии оздоровительной тренировки», «Теория и методика физической рекреации», «Научно-методический семинар», «Передовые тренажерные технологии в фитнесе», «Организационное обеспечение деятельности фитнес индустрии», а также другими обязательными дисциплинами и дисциплинами части, формируемой участниками образовательных отношений.

4. Перечень планируемых результатов обучения при прохождении практики, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП).

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по практике	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК – 1	Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий			3-5
УК-1.1.	Знает современные общенаучные подходы, ориентированные на интегративное познание сложно организованных явлений			3-5
УК-1.2.	Знает наиболее эффективные способы осуществления исследовательской и методической помощи физкультурно-спортивным организациям, выполнения исследовательских и консультационных проектов, осуществления внутри и межрегионального взаимодействия;			3-5
УК-1.5.	Умеет выбирать направления научной, аналитической и методической работы, содержания исследовательских программ, тематик методических пособий, состава докладов для семинаров, конференций.			3-5

УК-1.6.	Имеет опыт разработки стратегии исследования, программы научной деятельности, её осуществления			3-5
ПК – 1	Способен к обобщению и систематизации данных, выявлению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта			3-5
ПК-1.1	Знает основные показатели деятельности организаций различного вида в области физической культуры и спорта			3-5
ПК-1.3.	Умеет подбирать средства контроля для определения эффективности деятельности организаций в области физической культуры и спорта			3-5
ПК – 2	Способен к планированию и выполнению прикладных работ теоретического и экспериментального характера по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта			3-5
ПК-2.1.	Знает основы планирования и организации теоретических и экспериментальных работ в области физической культуры и спорта			3-5
ПК-2.4.	Умеет определять наиболее эффективные способы разрешения теоретических и экспериментальных проблем в области физической культуры и спорта			3-5
ПК-2.5.	Владеет технологией, планированием, организацией и способами решения проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта			3-5

5.Объем, продолжительность и содержание практики, формы отчетности.

Общий объем практики составляет 12 **зачетных единиц**, продолжительность – **6 и 2/3 недели, академических часов - 432.**

Структура и содержание НИР

Заочная форма обучения

№	Раздел практики	Семестр	Виды работ, осуществляемые при прохождении практики, включая самостоятельную работу обучающихся	Количество академических часов	Форма отчетности по практике
1	Введение в практику Организация работы во время практики Общие сведения о базе практики (характеристика типа и структуры базы) Ознакомление с основными направлениями работы, традициями, правилами внутреннего распорядка. Подготовка к проведению научного исследования	3	Инструктаж по прохождению практики. Инструктаж по охране труда и техники безопасности. Составление плана прохождения практики в соответствии с индивидуальным заданием. Инструктаж по использованию учебно-методических материалов. Составление индивидуального плана работы. Определение тематики научно-исследовательской работы.	180	Зачет с оценкой
2	Основной этап прохождения практики Инструктаж руководителя практики от предприятия. Знакомство с правилами работы. Этика профессионального общения, необходимого для исполнения практикантом своих обязанностей. Планирование и выполнение научно-исследовательской работы.	4	Анализ документации по оформлению диссертационного исследования в соответствии с существующими требованиями. Разработка исследовательской концепции. Составление введения диссертационного исследования с указанием актуальности, объекта и предмета исследования, новизны, теоретической и практической значимости исследования. Изучение литературных источников по теме диссертационного исследования. Выбор методов исследования. Разработка методик получения эмпирического материала. Обработка собранного эмпирического материала. Формулирование основных результатов выполненного исследования, научная интерпретация полученных результатов. Подготовка и выступление с докладом на научной конференции.	180	Зачет с оценкой

3	Систематизация результатов исследования Формулирование основных результатов проведенного исследования		Подготовка научного текста диссертации в соответствии с установленными требованиями к структуре, содержанию и техническому оформлению.		
4	Заключительный этап практики Обобщение знаний, умений и навыков, полученных в процессе практики. Написание отчета по практике. Оформление пакета документов отчетности по практике.	5	Окончательное редактирование текста диссертации. Составление отчета практики и его согласование с руководителем практики. Защита отчета.	72	Зачет с оценкой
	ИТОГО:			432	

6. Оценочные средства (фонд оценочных средств) для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по практике.

6.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по практике (Приложение 1 к программе практики).

Темы научного исследования (в виде плана научной работы по утвержденной форме) - утверждаются на заседании Кафедры РиСОТ, и разрабатываются в соответствии с индивидуальным планом прохождения обучения по направлению подготовки 49.04.01 «Физическая культура» программа «Теория, методика и технологии фитнеса».

6.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по практике.

Дифференцированный зачет по практике проводится в форме защиты представляемого обучающимся отчёта о проведенных мероприятиях и сформированных материалах по итогам пройденной педагогической практики путём личного собеседования с руководителем практики от РУС ГЦОЛИФК.

Отчет представляется на проверку в электронном и печатном виде. Для получения положительной оценки обучающийся должен полностью выполнить программу практики, своевременно оформить все виды необходимых документов.

7. Перечень учебной литературы и ресурсов сети «Интернет», необходимых для проведения практики.

а) Основная литература:

1.Виноградов П.А. Основы физической культуры и здорового образа жизни: учеб. пособие / Виноградов П.А., Душанин А.П., Жолдак В.И. - М.: Сов. спорт, 1996. - 588 с.: табл.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=78224&DocQuerID=11775200&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

2.Глазырина Л.Д., Овсянкин В.А. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста. - М.: Гуманитарный издательский центр Владос, 2001. -175 с.
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=122733&DocQuerID=11775199&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

3.Дормидонтова Л.С. Профессиональная деятельность специалистов физической культуры и спорта / Л.С. Дормидонтова ; Сиб. гос. акад. физ. культуры, Каф. упр., экономики и права. - Омск: [СибГАФК], 2001. - 126 с.
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=35149&DocQuerID=11775201&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

4.Купер К. Аэробика для хорошего самочувствия : пер. с англ. / Купер К. - М.: ФиС, 1989. - 224 с.
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=32349&DocQuerID=11775202&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

5.Максименко А.М. Теория и методика физической культуры : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению 032100 и специальности 032101 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / А.М. Максименко. - Изд. 2-е, испр. и доп. - М.: Физ. культура, 2009. - 492 с.
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=172870&DocQuerID=11775205&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

6.Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению 032100 и специальности 032101 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / Л.П. Матвеев. - [3-е изд., перераб. и доп.]. - М.: ФиС: СпортАкадемПресс, 2008. - 543 с.: ил.
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=163648&DocQuerID=11775207&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

7.Менхин Ю.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика : учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101, 032102, 032103 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / Ю.В. Менхин, А.В. Менхин. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Физкультура и спорт, 2009. - 429 с.: ил.
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=184911&DocQuerID=11775208&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

8.Погадаев Г.И. Организация и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий в школе : 1-11 кл. : метод. пособие / Г.И. Погадаев, Б.И. Мишин. - М.: Дрофа, 2005. - 111 с.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=148458&DocQuerID=11775210&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

9. Руненко С.Д. Врачебный контроль в фитнесе / С.Д. Руненко. – М.: Сов. Спорт, 2009. – 192 с.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=186963&DocQuerID=11775211&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

10. Селуянов, В.Н. Основы теории оздоровительной физической культуры : Учеб. пособие для инструкторов оздоровит. физ. культуры / Селуянов В.Н., Мякинченко Е.Б. - М.: РГАФК, 1994. - 35 с.: ил.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=78212&DocQuerID=11775212&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

11. Сиднева, Л.В. Оздоровительная аэробика и методика ее преподавания : [учеб. пособие для студентов, обучающихся по специальности] 022300 : [рек. Умо по физ. культуре] / [Сиднева Л.В., Гониянц С.А.] ; М-вом образования РФ Учеб.-метод. пособие по образованию в обл. физ. культуры. - М., 2000. - 74 с.: ил.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=107155&DocQuerID=11775216&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

12. Сонькин В.Д. Развитие мышечной энергетики и работоспособности в онтогенезе / В.Д. Сонькин, Р.В. Тамбовцева ; Рос. акад. образования, Ин-т возрастной физиологии. - М.: URSS: [Либроком], [2011]. - 365 с.: ил.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=191553&DocQuerID=11775218&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

б) Дополнительная литература:

1. Бальсевич, В.К. Онтокинезиология человека / В.К. Бальсевич. - Москва: Теория и практика физической культуры, 2000. - 275 с.: ил.

2. URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/81362.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/81362.pdf)

3. Боген, М.М. Обучение двигательным действиям / М.М. Боген .— Москва : Физическая культура, 1985 .— 194 с. : ил. — URL: <https://lib.rucont.ru/efd/862769>

4. Зациорский, В.М. Кинематика движений человека : лекция для студентов ГЦОЛИФКа / Зациорский В.М.; ГЦОЛИФК. - Москва, 1990. - 24 с.

5. URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/22640.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/22640.pdf)

6. Зациорский, В.М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В.М. Зациорский .— 5-е изд., стер. — Москва : Спорт, 2020 .— 201 с. : ил. — ISBN 978-5-906132-49-9 .— URL: <https://lib.rucont.ru/efd/727778>

7. Купер, К. Аэробика для хорошего самочувствия : [пер. с англ.] / Купер Кеннет. - Москва: ФиС, 1987. - 190 с.
8. URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/32350.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/32350.pdf)
9. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты [Электронный ресурс] : учеб. для завершающего уровня высш. физкультур. образования : доп. Гос. ком. РФ по физ. культуре, спорту и туризму / Матвеев Лев Павлович. - Изд. 3-е, испр. и доп. - Москва: [Известия], 2001. - 323 с.: ил.
10. URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/106197.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/106197.pdf)
11. Матвеев, Л.П. Основы спортивной тренировки: учеб. пособие для ин-тов физ. культуры : доп. Ком. по физ. культуре и спорту при Сов. Министров СССР / Л.П. Матвеев. - Москва: ФиС, 1977. - 280 с.: ил. 196 экз.
12. URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/39624.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/39624.pdf)
13. Платонов, В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте : учеб. для студентов вузов физ. воспитания и спорта : доп. М-вом Украины по делам молодежи и спорта / В.Н. Платонов. - Киев: Олимп. лит., 1997. - 583 с.: ил.
14. URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/79913.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/79913.pdf)
15. Полянский, В.П. Теоретико-методические основы совершенствования прикладной физической культуры (ее содержание и форм) в современном обществе : дис. ... д-ра пед. наук / Полянский В.П.; РГАФК. - Москва, 1999. - 354 с.: ил.
16. URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Dissers/Scan/83189.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Dissers/Scan/83189.pdf)
14. Смирнов, С.Д. Педагогика и психология высшего образования : от деятельности к личности : учеб. пособие для студентов, обучающихся по направлению и специальностям психологии : рек. М-вом РФ / С.Д. Смирнов. - 3-е изд., стер. - М.: Academia, 2007. - 394 с.
17. URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/162993.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/162993.pdf)
18. Холодов, Ж.К. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта : учеб. пособие для студентов ВУЗов физ. культуры / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - 2-е изд., стер. - Москва: Academia, 2005. - 143 с.
19. URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/126805.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/126805.pdf)
20. Шолих, М. Круговая тренировка: теорет., метод. и организац. основы од. из соврем. форм использования физ. упражнений в шк. и спортив. тренировке / М. Шолих ; [пер. с нем Л.М. Мирского] ; под общ. ред. Л.П. Матвеева. - 2-е изд. - Москва: Спорт, 2021. - 212 с.: ил.
21. URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Rucont/355633.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Rucont/355633.pdf)
22. Введение в педагогическую деятельность : Учеб. пособие для студентов пед. вузов, обучающихся по спец.: 030900 - Дошк. педагогика и психология; 031000 - Педагогика и

психология; 031200 - Педагогика и методика нач. образования; 033400 - Педагогика : рек. УМО / ред. Роботова Алевтина Сергеевна. - М.: Academia, 2002. - 208 с.

23. URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/OCR/b116362_.doc](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/OCR/b116362_.doc)

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

7.<http://umu.sportedu.ru/> - Сайт РУС ГЦОЛИФК

8.<http://минобрнауки.рф/> - Сайт Министерства образования и науки РФ

9.<http://www.obrnadzor.gov.ru/ru/> - Сайт Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки

8. Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

–программное обеспечение практики:

Операционная система – Microsoft Windows 10;

Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;

Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;

Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

Электронные библиотечные системы:

Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru.

Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту lib.gtsolifk.ru.

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система (informio.ru).

Научно-теоретический журнал "Теория и практика физической культуры". - <http://www.teoriya.ru/journals/>

Научно-методический журнал "Физическая культура: воспитание, образование, тренировка". - <http://www.teoriya.ru/fkvot/>

Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.

Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.

Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.

Олимпийский комитет России <http://olympic.ru/>

ВФСК ГТО <https://www.gto.ru/>

Министерство спорта Российской Федерации <https://www.minsport.gov.ru/>

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru).

Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система (<https://elibrary.ru>).

Научная электронная библиотека <https://rusneb.ru>

Научная электронная библиотека <https://cyberleninka.ru>

9. Описание материально-технической базы, необходимой для проведения практики

Для проведения педагогической практики используются:

- офис туристской фирмы, включающий персональные компьютеры с выходом в сеть Internet;
- учебные аудитории для проведения самостоятельной работы обучающихся с указанным выше специализированным оборудованием, комплектом аудиторной мебели;
- стойка рекламных материалов, раскладка для гостей в офисе, конференц-зал;
- видео-, аудиовизуальные средства обучения.

10. Методические материалы для обучающихся по проведению практики.

(Приложение 2 к программе практики)

11. Особенности проведения практики для числа лиц с ограниченными возможностями здоровья

Производственная практика «Научно-исследовательская работа» для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов проводится с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

Содержание производственной практики «Научно-исследовательская работа» не создаёт препятствий для её прохождения обучающимся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам, которым не противопоказано получение высшего образования уровня профессионального образования - магистратура.

При этом, в структурных подразделениях РУС ГЦОЛИФК созданы материально-технические условия, обеспечивающие возможность беспрепятственного доступа обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в аудитории, туалетные и другие помещения, а также их пребывания в указанных помещениях.

При получении высшего образования по ООП (ОПОП) обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляются бесплатно учебная литература, указанная в пункте 7 настоящей программы практики и адаптированная в соответствии с

особенностями обучающегося, а также услуги сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков.

Продолжительность выполнения отдельных заданий для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья увеличивается по их заявлению на количество времени, согласованное с руководителем практики от РУС ГЦОЛИФК.

Обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья могут в процессе прохождения практики и выполнении отдельных заданий пользоваться техническими средствами, необходимыми им в связи с их индивидуальными особенностями.

При прохождении практики и выполнении отдельных заданий обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся с ограниченными возможностями здоровья:

1) для слепых:

- задания для выполнения оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера с созданием специализированных условий для слепых, либо зачитываются руководителем практики;

- письменные задания выполняются на компьютере с созданием специализированных условий для слепых;

- обучающимся, при необходимости, предоставляется компьютер с созданием специализированных условий для слепых;

- присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;

2) для слабовидящих:

- обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;

- обучающимся для выполнения заданий, при необходимости, предоставляется увеличивающее устройство; возможно также использование собственных увеличивающих устройств;

- задания для выполнения, а также инструкция по выполнению заданий оформляются увеличенным шрифтом;

- присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;

3) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- обеспечивается наличие звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования, при необходимости обучающимся предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;

- задания предоставляются в печатном и (или) электронном виде;

- дублирование звуковой справочной информации проводимых в процессе практики мероприятий визуально;

- присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;

4) для лиц с тяжелыми нарушениями речи, глухих, слабослышащих личное собеседование по итогам прохождения практики может быть заменено вместо устной формы - на письменную;

5) для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата, нарушениями двигательных функций верхних конечностей или отсутствием верхних конечностей:

- письменные задания выполняются на компьютере с созданием специализированных условий;

- задания, выполняемые при организации практики в письменной форме, проводятся в устной форме.

Указанные выше условия предоставляются обучающимся на основании письменного заявления, содержащего сведения о необходимости создания соответствующих специальных условий.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по производственной практике «Научно-исследовательская работа» для обучающихся Факультет магистерской подготовки 2-3 курса заочной формы обучения, направления подготовки 49.04.01 – Физическая культура (профилю) Фитнес-инноватика

1. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Рекреации и спортивно-оздоровительного туризма.

Сроки прохождения практики: 3-5 семестр заочной формы обучения

Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение индивидуальных заданий	50 баллов
2	Оформление отчета (качество оформления, включая грамотность изложения, наличие сносок и библиографии, наличие приложений к отчету)	20 баллов
3	Поведение обучающегося в период прохождения практики	10 баллов
4	Защита отчета Дифференцированный зачет	20 баллов
	ИТОГО	100 баллов

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по практике, завершающейся экзаменом, дифференцированным зачётом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по практике при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
«Научно-исследовательская работа»
(для магистрантов ГЦОЛИФК)

НИР проводится там, где магистранты могут работать в качестве исследователей: в научно-исследовательских организациях и учреждениях, в научных библиотеках и архивах, в службах сопровождения образования, управления, спорта, а также в специализированных базах данных по проблеме исследования и т.д.

Научно-исследовательская работа предполагает интенсивную подготовку магистрантов к проведению основного исследования в рамках магистерской диссертации. Научно-исследовательская работа начинается с профессионального определения реальной ситуации и с разработки программы научного исследования, в которую входят:

- определение актуальной предметной области, в которой конкретизируется тема исследования;
- выявление актуальных противоречий и формулировка проблемы, подлежащей разрешению;
- постановка цели (или целей) исследования;
- определение объекта исследования;
- определение предмета исследования;
- постановка задач (и соответствующих им частных гипотез) исследования;
- определение (выбор и/или разработка) подходящих методов исследования;
- определение средств, наличных и/или необходимых на всех этапах работы, в том числе и методик для получения эмпирического материала;
- определение вероятных результатов исследовательской работы в заданных условиях её выполнения (прежде всего, по их форме).

Далее предполагается фактическая реализация разработанной программы. Она предполагает, в частности, сбор эмпирических данных, их предварительную характеристику, их количественную обработку, оценку и интерпретацию (качественный анализ) полученных результатов, оформление научного отчёта (журнала).

Предполагается, что в ходе НИР происходит также принятие будущим специалистом нравственно-психологических принципов и норм поисковой работы.

Магистрант должен ориентироваться в реальной жизненной обстановке - в ситуации прохождения НИР и выполнения научного исследования. Магистрант должен также ориентироваться в современном состоянии исторической спортивной науки и практики, в котором находит отражение единство истории, методологии и теории физической культуры и спорта. Магистрант должен овладеть приемами организации научного исследования и использовать наработанные алгоритмы и технологии на всех его этапах.

В частности, предполагается, что магистрант должен овладеть различными методами получения информации, её обработки, осмысления результатов и их оформления для последующей коммуникации. Важное место в становлении магистранта как исследователя занимает его ознакомление с научными школами РУС ГЦОЛИФК.

На завершающем этапе научно-исследовательской работы итоги и ход проделанной работы обсуждаются на заседании кафедры. Для этого они должны быть представлены в виде отчёта по форме, которая оговаривается в методических указаниях. В оптимальном случае итоги работы обсуждаются на научно-методических семинарах кафедры. Оптимально также обобщение магистрантом проделанной работы в виде статьи и/или участие в научной конференции.

«Научно-исследовательская работа» способствует формированию научного мировоззрения, обогащает событиями и историческими фактами возникновения и развития международного спортивного и Олимпийского движения с древних времен и до настоящего времени.

Основными формами работы по НИР являются групповые и индивидуальные консультации, самостоятельная работа, написание отчета по НИР, подготовка научного доклада и презентаций к нему, выполнение методических заданий, участие в научном студенческом кружке, выступление с докладами.

Тематика научного исследования и литература к ним указаны в соответствующих разделах программы в соответствии с индивидуальным планом магистранта.

В процессе самостоятельной работы обучающиеся могут использовать для изучения рекомендованную литературу, а также такие формы подготовки, как:

- работа с материалами по истории международного спортивного и Олимпийского движения в учебных кабинетах Кафедры,
- ознакомление с наглядными пособиями, посещение музеев и выставок, просмотр кинофильмов на спортивную и Олимпийскую тематику,
- выполнение заданий Кафедры и т.п.

Проверка самостоятельной работы магистрантов осуществляется в форме консультаций и собеседований, контроля за выполнением заданий, конспектов, рефератов, а также проведения коллоквиумов, олимпиад, «деловых игр», «круглых столов» и т.п.

ОТЧЕТ

о прохождении производственной практики
(вид практики)

Научно-исследовательская работа
(тип/этап практики)

Сроки практики (в соответствии с приказом): _____

Направление подготовки: 49.04.01 – «Физическая культура»

Профиль/Направленность: «Фитнес-инноватика»

Курс _____

Форма обучения _____

Обучающийся (ФИО) _____

Наименование кафедры:

Рекреации и спортивно-оздоровительного туризма

Руководитель практики от РУС ГЦОЛИФК

(ФИО)

20__ / 20__ учебный год

СОДЕРЖАНИЕ ОТЧЁТА ПО НИР ЗА 1 СЕМЕСТР

1. Представить таблицу:

№	Запланировано	Срок выполнения	Отметка о выполнении
1	<i>Указать содержание работы</i>	<i>Указать месяц</i>	<i>Указать степень выполнения (выполнено полностью, выполнено частично (что именно), не выполнено)</i>
2			
3			

2. Указать причины не полностью выполненных или не выполненных запланированных работ.

3. Представить следующие пункты научно-исследовательской работы:

- Актуальность темы исследования, проблема исследования (с обязательной ссылкой на литературные источники);
- Объект исследования;
- Предмет исследования;
- Цель исследования;
- Гипотеза исследования;
- Практическая значимость;
- Теоретическая значимость.

4. Представить структуру первой главы магистерской диссертации.

5. Представить список литературы по теме магистерской диссертации.

Список должен быть оформлен с соблюдением требований ГОСТ и содержать не менее 25 источников, из них, не менее 5 источников за последние 2-3 года.

6. Участие в заседаниях диссертационного совета (за год необходимо посетить минимум 5 заседаний).

7. Участие в научных конференциях (за год необходимо принять участие минимум в 3 конференциях).

СОДЕРЖАНИЕ ОТЧЁТА ПО НИР ЗА 2 СЕМЕСТР

1.Представить таблицу:

№	Запланировано	Срок выполнения	Отметка о выполнении
1	<i>Указать содержание работы</i>	<i>Указать месяц</i>	<i>Указать степень выполнения (выполнено полностью, выполнено частично (что именно), не выполнено)</i>
2			
3			

2.Указать причины не полностью выполненных или не выполненных запланированных работ.

3.Представить следующие пункты научно-исследовательской работы:

- Выводы по первой главе НИР;
- Задачи исследования (формулировки задач должны начинаться словами: выявить, определить, доказать, обосновать и т.д.);
- Методы исследования, с подробным описанием каждого метода;
- Организация исследования, с подробным описанием каждого этапа.

4.Представить содержание магистерской диссертации.

5.Участие в заседаниях диссертационного совета (за год необходимо посетить минимум 5 заседаний).

6.Участие в научных конференциях (за год необходимо принять участие минимум в 3 конференциях).

СОДЕРЖАНИЕ ОТЧЁТА ПО НИР ЗА 3 СЕМЕСТР

1.Представить таблицу:

№	Запланировано	Срок выполнения	Отметка о выполнении
1	Указать содержание работы	Указать месяц	Указать степень выполнения (выполнено полностью, выполнено частично (что именно), не выполнено)
2			
3			

2.Указать причины не полностью выполненных или не выполненных запланированных работ.

3.Представить следующие пункты научно-исследовательской работы:

- Выводы по каждой задаче исследования (основные результаты НИР);
- Обсуждение результатов исследования.

4.Представить доклад предварительной защиты магистерской диссертации.

5.Участие в заседаниях диссертационного совета (за год необходимо посетить минимум 5 заседаний).

6.Участие в научных конференциях (за год необходимо принять участие минимум в 3 конференциях).

СОДЕРЖАНИЕ ОТЧЁТА ПО НИР ЗА 4 СЕМЕСТР

1.Представить таблицу:

№	Запланировано	Срок выполнения	Отметка о выполнении
1	Указать содержание работы	Указать месяц	Указать степень выполнения (выполнено полностью, выполнено частично (что именно), не выполнено)
2			
3			

2.Указать причины не полностью выполненных или не выполненных запланированных работ.

3.Представить следующие пункты научно-исследовательской работы:

- Выводы по магистерской диссертации (выводы должны соответствовать задачам и, как правило, содержать цифровой материал);
- Окончательный список использованной литературы, оформленный в соответствии с ГОСТ;
- Окончательное содержание магистерской диссертации.

4.Результаты предварительной защиты магистерской диссертации (замечания и недостатки, высказанные на предварительной защите и способы устранения данных замечаний).

5.Участие в заседаниях диссертационного совета (за год необходимо посетить минимум 5 заседаний).

6.Участие в научных конференциях (за год необходимо принять участие минимум в 3 конференциях).

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПЛАН ПРОХОЖДЕНИЯ ПРАКТИКИ МАГИСТРАНТА

с «__» _____ по «__» _____ 20__ г.

(фамилия, имя, отчество)

№ п\п	Содержание работы	Срок выполнения	Отм. о вып.

Магистрант

(подпись, фамилия)

Руководитель практики _____

(подпись, фамилия)

КАРТОЧКА УЧЁТА ПРАКТИКИ

в должности _____

магистранта _____

(фамилия, имя, отчество)

Дата	Наименование мероприятия	Отчет о содержании деятельности	Оценка	Должность и подпись проверявшего

Руководитель практики _____

(подпись, фамилия)

ОБРАЗЕЦ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ЗАДАНИЯ

Индивидуальное задание

на _____
(наименование типа практики)

обучающийся _____ курса, _____ формы обучения,
направления подготовки 49.04.01 «Физическая культура»
направленность «Фитнес-инноватика»

(ФИО обучающегося)

способ проведения практики: _____
Сроки практики: с «__» _____ 20__ г. по «__» _____ 20__ г.

Индивидуальное задание:	Содержание практики:	Планируемые результаты практики:
Разработка индивидуального плана прохождения практики. Изучение документации по оформлению ВКР в соответствии с установленными требованиями и ГОСТа. Разработка и редактирование содержания введения ВКР (актуальность, цель, задачи, объект и предмет исследования, гипотеза, новизна, практическая значимость исследования, положения выносимые на защиту) Анализ и систематизация литературных источников по теме ВКР. Систематизация методов и организации исследования. Статистическая основа исследования; оценка достоверности результатов исследования. Подготовка текста ВКР в соответствии с установленными требованиями к структуре, содержанию и техническому оформлению. Анализ и обобщение, научная интерпретация результатов проведенного исследования. Разработка и редактирование выводов и практических рекомендаций	Овладеть знаниями по технологии проведения учебных занятий и научных исследований, обобщения результатов научных исследований Уметь проводить самостоятельные учебные занятия со студентами, анализировать и обобщать результаты научных исследований, подготовить к публикации результаты научных исследований, подготовить текст выступления на научно-практической конференции Овладеть способами обработки научной информации, технологиями использования результатов научных исследований в педагогической практике, способами написания научных текстов и подготовки научных докладов	Сформирована способность: - действовать в нестандартных ситуациях, нести социальную и этическую ответственность за принятые решения; - к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала; - к коммуникации в устной и письменной формах для решения задач профессиональной деятельности; - руководить коллективом в сфере своей профессиональной деятельности, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия; - творчески решать многообразие современных научных проблем и практических задач в сфере физической культуры и спорта на основе развития теоретико-методологического мышления; - осуществлять проектирование образовательной, тренировочной, рекреационной, научно-исследовательской, организационно-управленческой и культурно-просветительской деятельности; - применять современные и инновационные научно - исследовательские технологии в ходе решения исследовательских задач, в том числе из смежных областей науки; - применять в педагогической деятельности актуальные технологии, организационные формы, методы, приемы и средства обучения и воспитания с целью повышения качества образовательного процесса; - осуществлять учебно-методическое обеспечение образовательной деятельности с учетом новейших достижений педагогической науки и практики;

Редактирование списка использованной литературы выпускной квалификационной работы Проведение самостоятельных занятий со студентами (1 практическое занятие, 1 семинарское занятие) Принять участие в кафедральной конференции молодых ученых. Подготовить презентацию и тезисы докладов к конференции молодых ученых кафедры педагогики Подготовка отчётной документации по результатам практики Подготовка доклада, презентация практики в рамках предзащиты ВКР.		- применять в образовательном процессе технологии педагогического контроля результатов обучения и воспитания, интерпретировать результаты и вносить коррективы в организацию образовательной деятельности и в повышение результативности образовательного процесса; - выполнять научные исследования в образовательной деятельности и использовать их результаты в целях повышения эффективности педагогического процесса; - выполнять научные исследования, с использованием современных информационных технологий и применять их результаты для повышения эффективности педагогической, тренерской, рекреационной, культурно-просветительской и организационно - управленческой деятельности в сфере
--	--	---

Руководитель от профильной организации _____
(подпись) (ФИО)

Руководитель практикой от РУС ГЦОЛИФК _____
(подпись) (ФИО)

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



Факультет магистерской подготовки

Кафедра рекреации и спортивно-оздоровительного туризма

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ПРАКТИКИ**

Производственная практика

Тип

Б2.В.01(П) Научно-исследовательская работа

Вид

Направление подготовки: **49.04.01 «Физическая культура»**
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Фитнес-инноватика»
(наименование)

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

1.Цели и задачи прохождения практики: подготовить магистранта к самостоятельной научно-исследовательской работе, ключевым результатом которой является написание и успешная защита магистерской диссертации.

Для организаторов НИР эта цель конкретизируется как содействие становлению профессиональной компетентности исследователя. Для самих практикантов эта цель конкретизируется как обретение опыта научно-исследовательской работы посредством использования достижений современной спортивной науки и практики при разрешении актуальных противоречий.

Задачи практики «Научно-исследовательская работа»:

В процессе выполнения заданий по научно-исследовательской работе магистрант должен:

- научиться формулировать и решать проблемы (задачи), возникающие в ходе выполнения научно-исследовательской работы;
- определять необходимые методологические подходы к изучению проблемы, исходя из задач конкретного научного исследования;
- применять современные информационные технологии при проведении научных исследований;
- систематизировать полученные результаты, анализировать их (при подготовке отчета по научно-исследовательской работе, докладов, презентаций, научных статей и тезисов, магистерской диссертации);
- знать историю развития конкретной научной проблемы, ее роли и места в современной спортивной науке;
- иметь конкретные специфические знания по научной проблематике, изучаемой магистрантом;
- умение работать с конкретными программными продуктами и конкретными ресурсами Интернета и др.
- подготовить и оформить отчёт по НИР в соответствии с утвержденной формой.

Таким образом, НИР призвана создать условия для практического использования магистрантами накопленных знаний и оформления их в виде научной работы, для формирования опыт сбора первичной информации, её первичного анализа, обработки, оценки, интерпретации и оформления полученных результатов в виде магистерской диссертации. При условии включённости магистрантов в эту работу, при систематическом использовании знаний, у них развивается способность мыслить теоретически - мыслить на понятийном уровне. Таким образом, при систематической работе в организуемых условиях НИР у магистрантов развивается профессиональная исследовательская компетентность.

Научно-исследовательская работа реализуется на русском языке.

2. Вид практики, способ и формы (форма) ее проведения

Вид практики - производственная.

Тип практики - научно-исследовательская работа.

Практика проводится следующим способом - стационарно и в форме – непрерывно, а также в форме практической подготовки.

3. Объем, продолжительность и содержание практики, формы отчетности.

Общий объем практики составляет 12 зачетных единиц, академических часов - 432.

Форма отчетности: дифференцированный зачет

Содержание практики

Заочная форма обучения

№	Раздел практики	Семестр	Виды работ, осуществляемые при прохождении практики, включая самостоятельную работу обучающихся	Количество академических часов	Форма отчетности по практике
1	Введение в практику Организация работы во время практики Общие сведения о базе практики (характеристика типа и структуры базы) Ознакомление с основными направлениями работы, традициями, правилами внутреннего распорядка. Подготовка к проведению научного исследования	3	Инструктаж по прохождению практики. Инструктаж по охране труда и техники безопасности. Составление плана прохождения практики в соответствии с индивидуальным заданием. Инструктаж по использованию учебно-методических материалов. Составление индивидуального плана работы. Определение тематики научно-исследовательской работы.	180	Зачет с оценкой
2	Основной этап прохождения практики Инструктаж руководителя практики от предприятия. Знакомство с правилами работы. Этика профессионального общения, необходимого для исполнения практикантом своих обязанностей. Планирование и выполнение научно-исследовательской работы.	4	Анализ документации по оформлению диссертационного исследования в соответствии с существующими требованиями. Разработка исследовательской концепции. Составление введения диссертационного исследования с указанием актуальности, объекта и предмета исследования, новизны, теоретической и практической значимости исследования. Изучение литературных источников по теме диссертационного исследования.	180	Зачет с оценкой

			Выбор методов исследования. Разработка методик получения эмпирического материала. Обработка собранного эмпирического материала. Формулирование основных результатов выполненного исследования, научная интерпретация полученных результатов. Подготовка и выступление с докладом на научной конференции.		
3	Систематизация результатов исследования Формулирование основных результатов проведенного исследования		Подготовка научного текста диссертации в соответствии с установленными требованиями к структуре, содержанию и техническому оформлению.		
4	Заключительный этап практики Обобщение знаний, умений и навыков, полученных в процессе практики. Написание отчета по практике. Оформление пакета документов отчетности по практике.	5	Окончательное редактирование текста диссертации. Составление отчета практики и его согласование с руководителем практики. Защита отчета.	72	Зачет с оценкой
	ИТОГО:			432	

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



Факультет магистерской подготовки

Кафедра рекреации и спортивно-оздоровительного туризма

ПРОГРАММА ПРАКТИКИ

Производственная
Вид практики

Б2.В.02(П) Профессионально-ориентированная практика
(тип практики)

Направление подготовки: 49.04.01 «Физическая культура»
(код и наименование)

Направленность (профиль):
«Фитнес-инноватика»
(наименование)

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

Программа практики утверждена и рекомендована
Межинститутским советом
Протокол № 03-11-24 от «21» ноября 2024 г.

Составители: Гониянц Степан Александрович – кандидат педагогических наук,
профессор, профессор кафедры РиСОТ РУС ГЦОЛИФК
Сиднева Лариса Валентиновна - кандидат педагогических наук, доцент,
кафедры РиСОТ РУС ГЦОЛИФК

Программа практики согласована с ООО «Магнето».

1. Цели и задачи прохождения практики

Целями профессионально-ориентированной практики по направлению 49.04.01 «Физическая культура» являются: трансформация теоретических представлений и знаний обучающихся, в профессиональные умения и навыки, необходимые в практической работе менеджера, менеджера-методиста по разработке, организации и оказанию услуг физкультурно-оздоровительного и туристско-рекреационного характера, которые входят в содержание деятельности физкультурно-оздоровительных или фитнес и туристских центров, клубов и т.п.

Содержание практики направлено на решение следующих **задач**:

1. Ознакомить обучающихся с основными направлениями и опытом работы физкультурно-оздоровительных учреждений, фитнес центров, клубов, в т.ч. системы дополнительного образования, оказывающих туристско-рекреационные и физкультурно-оздоровительные услуги.
2. Сформировать у обучающихся организаторские и педагогические умения и навыки и довести их до уровня, позволяющего организовывать работу инструкторов-методистов, тренеров, менеджера по рекреативно-оздоровительным и туристско-рекреационным услугам, самостоятельно решать оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи рекреационного и спортивно-оздоровительного туризма.
3. Сформировать практико-методические умения и навыки по разработке и реализации современных технологий в проведении занятий, мероприятий физкультурно-оздоровительного и туристско-рекреационного характера.
4. Формирование умений и навыков создания, продвижения и непосредственной продажи физкультурно-оздоровительных и рекреативно-оздоровительных услуг, обеспечения их качества.
5. Разрабатывать содержание и структуру маркетинга физкультурно-оздоровительной деятельности, составлять отчетную учебно-методическую и финансовую документацию.

Профессионально-ориентированная практика реализуется на русском языке.

2. Вид практики, способ и формы (форма) ее проведения

Вид практики: Производственная

Тип практики: Профессионально-ориентированная практика

Практика проводится следующим способом стационарно и форме – непрерывно, а также в форме практической подготовки.

3. Место практики в структуре ООП магистратуры: профессионально-ориентированная практика входит в раздел «Блок 2 Практика. Часть формируемая участниками образовательных отношений». Прохождение производственной практики является обязательным этапом обучения магистра, и проходит параллельно с дисциплинами: «Современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности», «Актуальные проблемы и

тенденции развития фитнеса», «Передовые тренажерные технологии в фитнесе», «Теория и методика физической рекреации», «Возрастные аспекты физиологии оздоровительной тренировки».

4.Перечень планируемых результатов обучения при прохождении практики, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по практике	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК – 2	Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла			3,4
УК-2.1.	Знает законодательство Российской Федерации, регламентирующее деятельность в области физической культуры и спорта;			3,4
УК-2.2.	Умеет изучать тенденции развития соответствующей области научного знания, требования рынка труда, образовательные потребности и возможности, обучающихся с целью определения актуальной тематики исследовательской, проектной и иной деятельности обучающихся по программам бакалавриата и(или) ДПП			3,4
УК – 3	Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели			3,4
УК-3.1.	Знает методы оказания профессиональной поддержки специалистов, участвующих в организации исследовательской, проектной деятельности обучающихся по программам ВО и(или) ДПП			3,4
УК-3.4.	Имеет опыт разработки методик эффективного управления участников образовательного процесса физкультурно-спортивной организации			3,4
УК – 4	Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия			3,4
УК-4.3.	Знает пути сбора информации из различных источников, в том числе из интервью, анализа специальной литературы, статистических сборников, иных отчетных данных на иностранном языке;			3,4
УК-4.4.	Умеет использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы,			3,4

	электронную почту, в своей деятельности			
УК – 5	Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия			3,4
УК-5.1.	Знает систему научного знания о физической культуре и спорте, её структуре, междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных;			3,4
УК-5.2.	Знает особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований			3,4
УК-5.4.	Умеет анализировать особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований			3,4
УК-5.6.	Имеет опыт владения методами и технологиями в области пропаганды физической культуры и спорта;			3,4
УК – 6	Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки			3,4
УК-6.1.	Знает технологии определения профессиональной компетентности, основы рациональной организации труда;			3,4
УК-6.2.	Умеет оценивать результаты собственной профессиональной деятельности, вносить в нее коррективы			3,4
УК-6.3.	Имеет опыт разработки собственных методических решений при реализации программ профессионального обучения			3,4
ПК – 1	Способен к обобщению и систематизации данных, выявлению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта			3,4
ПК-1.1	Знает основные показатели деятельности организаций различного вида в области физической культуры и спорта			3,4
ПК-1.4.	Умеет обобщать и анализировать показатели эффективности образовательной деятельности в области физической культуры и спорта			3,4
ПК-1.5.	Владеет технологией оценки эффективности образовательной деятельности организаций в области физической культуры и спорта			3,4
ПК – 2	Способен к планированию и выполнению прикладных работ теоретического и экспериментального характера по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта			3,4
ПК-2.1.	Знает основы планирования и организации теоретических			3,4

	и экспериментальных работ в области физической культуры и спорта			
ПК-2.3.	Умеет формулировать проблемы теоретического и экспериментального характера в сфере физической культуры и спорта			3,4
ПК-2.5.	Владеет технологией, планированием, организацией и способами решения проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта			3,4
ПК – 3	Способен к разработке и реализации образовательных программ высшего образования в области физической культуры и спорта			3,4
ПК-3.1.	Знает нормативные документы реализации профессиональных образовательных программ			3,4
ПК-3.4.	Умеет осуществлять педагогически организованные виды коммуникации с участниками образовательного процесса			3,4

5.Объем, продолжительность и содержание практики, формы отчетности.

Общий объем практики составляет 6 **зачетных единиц**, продолжительность – 4 недели, **академических часов** (в соответствии с учебным планом) - **216**. Итоговая оценка проводится в форме дифференцированного зачета.

Содержание практики

Заочная форма обучения

№	Раздел практики	Семестр	Виды работ, осуществляемые при прохождении практики, включая самостоятельную работу обучающихся	Количество академических часов (в соответствии с учебным планом и видами работ)	Форма отчетности по практике (по семестрам)
1.	Организационно-ознакомительная работа Задачи, содержание и организация практики специализации	3	Ведение дневника	6	
2.	Основные направления работы базы практики, традиции, распорядок дня	3	Ведение дневника	6	
3.	Организационная структура базы практики. Нормативные документы, регламентирующие ее деятельность	3	Ведение дневника	6	
4.	Маркетинг в менеджменте рекреативно-оздоровительной организации	3	Ведение дневника	8	

5.	Реклама и ее место в менеджменте рекреативно-оздоровительных услуг организации.	3	Ведение дневника	6	
6.	Требование к кадровому персоналу, функциональные обязанности, система мотивации и повышение квалификации специалистов	3	Отчет по практике	8	
7.	Правила контроля за состоянием здоровья, физического развития. Медицинский контроль.	3	Отчет по практике	8	
8.	Методическая работа. Программы отдельных видов физкультурно-оздоровительной деятельности. Видовые и целевые особенности программ оказания услуг	3	Отчет по практике	8	
9.	Общий анализ одного занятия физкультурно-оздоровительной программы	3	Отчет по практике	8	
10.	Хронометраж частей и всего занятия в целом Контроль уровня и динамики нагрузки с помощью регистрации ЧСС	3	Отчет по практике	8	
11.	Методики разработки технологических процессов оказания услуг физкультурно-оздоровительного характера	3	Отчет по практике	24	
12.	Учебная работа. Практика проведения занятий по классической аэробике и занятий танцевальной направленности	3-4	Отчет по практике	24	
13.	Практика проведения занятий силовой направленности с оборудованием и без.	4	Отчет по практике	24	
14.	Практика проведения занятий по развитию гибкости	4	Отчет по практике	24	

15.	Практика проведения занятий в воде по аквааэробике	4	Отчет по практике	24	
16.	Практика проведения занятий в тренажерном зале	4	Отчет по практике	24	
	ИТОГО:	4		216	Дифференцированный зачет

6. Оценочные средства (фонд оценочных средств) для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по практике.

6.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, представлены в Информационной справке по практике (Приложение 1 к программе практики).

6.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по практике.

Дифференцированный зачет по практике проводится в форме защиты представляемого отчёта по практике путём личного собеседования с руководителем практики от РУС ГЦОЛИФК.

3.Перечень учебной литературы и ресурсов сети «Интернет», необходимых для проведения практики.

а) основная литература:

1. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры : учеб. по направлению подгот. бакалавриата, магистратуры и науч.-пед. кадров в аспирантуре 49.00.00, 49.03.01, 49.04.01, 49.04.03, 49.06.01 : рек. Федер. умю в системе высш. образования по укрупн. группе специальностей и направлений подгот. / Л.П. Матвеев. - 4-е изд. - М.: Спорт, 2021. - 517 с.: ил.
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=341430&DocQuerID=11775275&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerID=11775275>
2. Степанова, О.Н. Маркетинг в физкультурно-спортивной деятельности : учеб. пособие для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 032100 : рек. Умо вузов РФ по образованию в обл. физ. культуры / О.Н. Степанова. - М.: Сов. спорт, 2008. - 478 с.: ил. + ОЭД.
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=182725&DocQuerID=11775276&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerID=11775276>

DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerID=tmID=

7. Переверзин, И.И. Искусство спортивного менеджмента / И.И. Переверзин. - М.: Сов. спорт, 2004. - 416 с.: таб. Зациорский, В. М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания [Текст]. / В. М. Зациорский. - М. : Советский спорт, 2009. - 200 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=123731&DocQuerID=11775299&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerID=tmID=>
8. Рекреация детей и молодежи средствами физической культуры [Электронный ресурс] : прогр. дисциплины нац.-регион. цикла СД (ГОС) для обучающихся, обучающихся по направлению бакалавр физ. культуры 032100.62 : утв. и рек. Эмс ИТРРиФ ФГБОУ ВПО "РУС ГЦОЛИФК" / авт.-сост. Петрачева И.В., общ. ред. Гониянц С.А. ; М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2012 <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=217934&DocQuerID=11775300&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerID=tmID=>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. www.md-bplan.ru - информационный портал о бизнес-планах
2. www.fitness-pro.ru - сайт ассоциации профессионального фитнеса
3. http://worldclass.ru/wc/russian_fitness_group.php - сайт русской группы фитнес клубов «World Class»
4. <http://www.fitness.ru> – Интернет-портал сети фитнес клубов «Планета фитнес»
5. http://www.orange-fit.ru/trade_mark/concept/ - Интернет-портал спортивных клубов «Оранжевый фитнес»
6. <http://www.cityfit.ru/> - Интернет-портал сети спортивных клубов «City Fitness»
7. <http://www.strata.ru/about.php> - сайт компаний «Страта Партнерс» — ведущего европейского оператора на рынке фитнеса.
8. <http://www.xfit.ru/mission> - Интернет-портал сети фитнес клубов «X-Fit»

9.<http://www.world-gym.com/worldgym> - Интернет-портал международной сети фитнес клубов «World Gym»

10.<http://www.goldsgym.ru> – Интернет-портал сети фитнес клубов «Gold Gym»

11.Стаханов В. Маркетинг сферы услуг. / В. Стаханов. <http://www.ram.ru/>

8. Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

–программное обеспечение практики:

Операционная система – Microsoft Windows 10;

Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;

Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;

Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

Электронные библиотечные системы:

Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту lib.gtsolifk.ru.

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система (informio.ru).

Научно-теоретический журнал "Теория и практика физической культуры". - <http://www.teoriya.ru/journals/>

Научно-методический журнал "Физическая культура: воспитание, образование, тренировка". - <http://www.teoriya.ru/fkvot/>

Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.

Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.

Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.

Олимпийский комитет России <http://olympic.ru/>

ВФСК ГТО <https://www.gto.ru/>

Министерство спорта Российской Федерации <https://www.minsport.gov.ru/>

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru).

Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система (<https://elibrary.ru>).

Научная электронная библиотека <https://rusneb.ru>

Научная электронная библиотека <https://cyberleninka.ru>

9. Описание материально-технической базы, необходимой для проведения практики

Для проведения профессионально-ориентированной практики необходим мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: персональные компьютеры с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).

Обучающийся должен быть обеспечен доступом к:

- нормативно-правовым и методическим материалам, регламентирующим разработку и реализацию программ и мероприятий физкультурно-оздоровительных технологий базы практики;
- отчётам о массовых физкультурно-оздоровительных мероприятиях, проводимых базой практики;
- основным уставным документам базы практики, а также реализуемым программам и мероприятиям физкультурно-оздоровительной деятельности базой практики.
- Залам фитнес департамента базы практики (тренажерный зал, залы для групповых занятий различной направленности и бассейн для занятий аква-аэробикой)
- Оборудованию для участия и проведения занятий различной направленности в фитнес зонах (тренажерные устройства силовой и

кардио- направленности; оборудование для занятий в зоне групповых программ – степ-платформы, гантели, bodybars, pump, bosu, fitball, эспандеры, коврики; оборудованием для занятий аква-аэробикой – noodles, гантели, пояса).

10.Методические материалы для обучающихся по проведению практики. (Приложение 3 к программе практики)

11.Особенности проведения практики для числа лиц с ограниченными возможностями здоровья

Профессионально-ориентированная практика для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов проводится с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

Содержание профессионально-ориентированной практики не создаёт препятствий для её прохождения обучающимся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам, которым не противопоказано получение высшего образования уровня профессионального образования - магистратура.

При этом, в структурных подразделениях РУС ГЦОЛИФК созданы материально-технические условия, обеспечивающие возможность беспрепятственного доступа обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в аудитории, туалетные и другие помещения, а также их пребывания в указанных помещениях.

При получении высшего образования по ООП (ОПОП) обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляются бесплатно учебная литература, указанная в пункте 7 настоящей программы практики и адаптированная в соответствии с особенностями обучающегося, а также услуги сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков.

Продолжительность выполнения отдельных заданий для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья увеличивается по их заявлению на количество времени, согласованное с руководителем практики от РУС ГЦОЛИФК.

Обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья могут в процессе прохождения практики и выполнении отдельных заданий пользоваться техническими средствами, необходимыми им в связи с их индивидуальными особенностями.

При прохождении практики и выполнении отдельных заданий обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся с ограниченными возможностями здоровья:

1) для слепых:

–задания для выполнения оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера с созданием специализированных условий для слепых, либо зачитываются руководителем практики;

–письменные задания выполняются на компьютере с созданием специализированных условий для слепых;

–обучающимся, при необходимости, предоставляется компьютер с созданием специализированных условий для слепых;

–присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;

2) для слабовидящих:

–обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;

–обучающимся для выполнения заданий, при необходимости, предоставляется увеличивающее устройство; возможно также использование собственных увеличивающих устройств;

–задания для выполнения, а также инструкция по выполнению заданий оформляются увеличенным шрифтом;

–присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;

3) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

–обеспечивается наличие звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования, при необходимости обучающимся предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;

–задания предоставляются в печатном и (или) электронном виде;

–дублирование звуковой справочной информации проводимых в процессе практики мероприятий визуально;

–присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;

4) для лиц с тяжелыми нарушениями речи, глухих, слабослышащих личное собеседование по итогам прохождения практики может быть заменено вместо устной формы - на письменную;

5) для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата, нарушениями двигательных функций верхних конечностей или отсутствием верхних конечностей:

–письменные задания выполняются на компьютере с созданием специализированных условий;

–задания, выполняемые при организации практики в письменной форме, проводятся в устной форме.

Указанные выше условия предоставляются обучающимся на основании письменного заявления, содержащего сведения о необходимости создания соответствующих специальных условий.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по производственной Профессионально-ориентированной практике для обучающихся Факультет магистерской подготовки 2 – курса заочной формы обучения направления 49.04.01 «Физическая культура» программа «Фитнес-инноватика»

VII. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра Рекреации и спортивно-оздоровительного туризма
Сроки изучения практике: 3-4 семестры заочной формы обучения.
Форма промежуточной аттестации *дифференцированный зачет*.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

Заочная форма обучения

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1.	Прохождение инструктажа по технике безопасности	5
2.	<i>Выполнение индивидуального задания.</i> Организационно-ознакомительная работа с базой практики	10
3.	<i>Выполнение индивидуального задания.</i> Методическая работа на базе практики	20
4.	<i>Выполнение индивидуального задания.</i> Учебная работа на базе практики	20
5.	<i>Выполнение индивидуального задания.</i> Предварительное качественное описание собранного материала по актуальным основаниям.	10
6.	<i>Выполнение индивидуального задания.</i> Оценка и интерпретация полученных результатов по актуальным основаниям.	10
7.	<i>Оформление отчета (качество оформления, включая грамотность изложения, наличие сносок и библиографии, наличие приложений к отчету).</i>	20
8.	<i>дифференцированный зачет</i>	5
	ИТОГО	100 баллов

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по практике, завершающейся дифференцированным зачётом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по практике при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Рекомендации для подготовки отчета по практике

1. Заслушать сообщение директора или представителя администрации и ознакомиться с нормативно-правовыми документами и с основными направлениями работы базы практики.
2. Рассмотреть перспективные (стратегические) и текущие планы организации и ее подразделений.
3. Заслушать сообщение директора о миссии организации и разработанные мероприятия по созданию имиджа и традиций в организации.
4. Рассмотреть качественные показатели за последние 3-5 лет и провести анализ.
5. Рассмотреть организационную структуру и направления деятельности подразделений базы практики.
6. Рассмотреть основные источники и порядок финансирования организации, сметы и калькуляции спортивно-оздоровительных занятий.
7. Рассмотреть материально – техническую базу базы практики и сделать общую оценку оснащения процесса оказания услуг.
8. Представить отчет об основных элементах рекламной политики, проводимой на базе практики.
9. Выделить основные задачи базы практики и проанализировать распределение этих задач по задачам подразделений базы практики.
10. Рассмотреть должностные обязанности и определить их уровень квалификации сотрудников.
11. Рассмотреть методы мотивации и действующую систему повышения квалификации сотрудников.
12. Рассмотреть показатели текучести кадров.
13. Заслушать сообщения инструкторов о состоянии здоровья и физического развития занимающихся.
14. Ознакомиться с особенностями проведения медицинского контроля.
15. Составить личное расписание проведения технологической работы по проектированию спортивно-оздоровительного занятия.
16. Определить контрольные точки для проведения поэтапного анализа деятельности .
17. Провести анализ занятий прикрепленной группы и провести сравнительный анализ уровня подготовленности занимающихся с нормативными требованиями программы.
18. Провести оценку материально - технической базы и требования к ней всего процесса.
19. Провести наблюдение 2-4 занятий группы (в зоне групповых занятий, в зоне бассейна и тренажерного зала) проводимых инструктором практических занятий с целью изучения особенностей методики преподавания.

20. Провести полный анализ 1-2 занятий, проводимых членами бригады.
21. Оформить письменный педагогический анализ проведения занятия в отчете практики инструктором закрепленной группы.
22. Провести хронометраж занятия, проводимого инструктором прикрепленной группы и членом бригады. Сделать сравнительный анализ.
23. Оформить протокол хронометража.
24. Провести регистрацию ЧСС у учащихся на 1-2 занятиях, проводимых членами бригады.
25. Построить график изменения ЧСС у учащихся на протяжении занятия.
26. Оформить в отчете по практике протокол регистрации ЧСС у занимающихся, и анализ нагрузки, выполненный в ходе занятия.
27. Разработать комплекс общефизических упражнений (8-10 упражнений) для учащихся группы, соблюдая оздоровительный принцип.
28. Разработать комплекс физических упражнений, направленного (по выбору) для развития силы мышц туловища, рук, нижних конечностей, на развитие позвоночника, плечевых, тазобедренных суставов, на развитие двигательной реакции, частоты движения верхних и нижних конечностей и т.д.
29. Провести в качестве помощника инструктора 2-4 раза основную часть занятия, выполняя задание по обучению двигательным действиям и дозированию нагрузок различной направленности.
30. Основные составляющие формирования цены на физкультурно-оздоровительные услуги. Характеристика основных методов и показателей оценки конкретных физкультурно-оздоровительных услуг, предоставляемых на базе практики. Представить отчет.

Образец индивидуального задания

Индивидуальное задание (содержание и результаты) практики

Вид практики: производственная

Тип практики: Профессионально-ориентированная практика

обучающийся ____ курса, очной/заочной формы обучения,

направления подготовки 49.04.01 «Физическая культура»

Магистерская программа «Фитнес-инноватика»

(ФИО обучающегося)

способ проведения практики _____

(концентрированно/рассредоточено)

Сроки практики: с ____ 20__ года по ____ 20__ года.

Индивидуальное задание:	Содержание практики:	Планируемые результаты практики:
Пройти инструктаж по технике безопасности. Заслушать сообщение директора или представителя администрации и ознакомиться с нормативно-правовыми документами и с основными направлениями работы базы практики. Рассмотреть перспективные (стратегические) и текущие планы организации и ее подразделений. Заслушать сообщение директора о миссии организации и разработанные мероприятия по созданию имиджа и традиций в организации. Рассмотреть качественные показатели за последние 3-5 лет и провести анализ. Рассмотреть организационную структуру и направления деятельности подразделений базы практики. Рассмотреть основные источники и порядок финансирования организации, сметы и калькуляции спортивно-оздоровительных занятий. Рассмотреть материально – техническую базу базы практики и сделать общую оценку оснащения процесса оказания услуг. Дать общую характеристику программы занятий прикрепленной группы и провести сравнительный анализ уровня подготовленности занимающихся с нормативными	Знать: - понятийно-категориальный аппарат, методологию, структуру и место ФОД в профессиональном образовании отрасли «Физическая культура»; - способы определения величины нагрузок, адекватных психофизическим возможностям индивида в различных климатогеографических условиях мест проведения занятий и мероприятий по циклам различной продолжительности; - теорию и методику обучения программным видам и современным технологиям оказания услуг туристско-рекреационного и физкультурно-оздоровительного характера. Уметь: - осуществлять непрерывное	- способностью к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала - способностью творчески решать многообразие современных научных проблем и практических задач в сфере физической культуры и спорта на основе развития теоретико-методологического мышления - способностью применять в педагогической деятельности актуальные технологии, организационные формы, методы, приемы и средства обучения и воспитания с целью повышения качества образовательного процесса - способностью осуществлять учебно-методическое обеспечение образовательной деятельности с учетом новейших достижений педагогической науки и практики - способностью применять в образовательном процессе технологии педагогического контроля результатов обучения и воспитания, интерпретировать результаты и вносить коррективы в организацию образовательной деятельности и в повышение

требованиями программы. Провести оценку материально - технической базы и требования к ней всего процесса. Провести наблюдение 2-4 занятий группы, проводимых инструктором практических занятий с целью изучения особенностей методики преподавания. Провести полный анализ 1-2 занятий, проводимых членами бригады. Оформить письменный педагогический анализ проведения занятия в отчете практики инструктором закрепленной группы. Провести хронометраж занятия, проводимого инструктором прикрепленной группы и членом бригады. Сделать сравнительный анализ. Оформить протокол хронометража. Провести регистрацию ЧСС у учащихся на 1-2 занятиях, проводимых членами бригады. Построить график изменения ЧСС у учащихся на протяжении занятия. Оформить в отчете по практике протокол регистрации ЧСС у занимающихся, и анализ нагрузки, выполненный в ходе занятия Разработать комплекс общефизических упражнений (8-10 упражнений) для учащихся группы, соблюдая оздоровительный принцип. Разработать комплекс физических упражнений, направленного (по выбору) для развития силы мышц туловища, рук, нижних конечностей, на развитие позвоночника, плечевых, тазобедренных суставов, на развитие двигательной реакции, частоты движения верхних и нижних конечностей и т.д. Провести в качестве помощника инструктора 2-4 раза основную часть занятия, выполняя задание по обучению двигательным действиям и дозированию нагрузок различной направленности. Основные составляющие формирования цены на физкультурно-оздоровительные услуги. Характеристика основных методов и показателей оценки конкретных физкультурно-оздоровительных услуг, предоставляемых на базе практики. Представить отчет.	самообразование в области физкультурно-оздоровительной деятельности; - самостоятельно анализировать состояние отрасли физическая культура; - изучать, критически оценивать научно-педагогическую информацию, отечественный и зарубежный опыт по тематике исследований, созданию новой продукции в физкультурно-оздоровительной деятельности; - планировать и проводить аналитические, имитационные и экспериментальные исследования, критически оценивать данные, делать выводы и прогнозы их решения в сфере физкультурно-оздоровительной деятельности; - составлять и оформлять материалы для экспертных заключений, отчетов, написания аналитических справок, обзор по проблемам физкультурно-оздоровительной деятельности; - правильно использовать государственно-правовые, нормативно-установочные документы, относящиеся к сфере туристской, физкультурно-оздоровительной и рекреационной деятельности; Владеть: - самостоятельно выявлять актуальные проблемы исследования, ставить конкретные задачи их решения, использовать в профессиональной	результативности образовательного процесса - способностью выполнять научные исследования в образовательной деятельности и использовать их результаты в целях повышения эффективности педагогического процесса - способностью разрабатывать рекреационные технологии на интегративной основе для различных социально-демографических групп населения - способностью разрабатывать, реализовывать и корректировать индивидуальные программы (проекты) рекреационной деятельности для различных групп населения, с учётом социокультурных, морфофункциональных, половозрастных и психических особенностей занимающихся
---	--	--

	деятельности современные технологии, средства и методы научных исследований в сфере физкультурно- оздоровительной деятельности; - донести свои выводы и различные точки зрения, принципы, концепции по ФОД до специалистов сферы физкультурно- оздоровительной деятельности и неспециалистов.	
--	---	--

Руководитель от профильной организации _____

Руководитель _____ практикой _____ от РУС _____ ГЦОЛИФК _____

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



Факультет магистерской подготовки

Кафедра рекреации и спортивно-оздоровительного туризма

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ПРАКТИКИ**

Производственная
Вид практики

Б2.В.02(П) Профессионально-ориентированная практика
(тип практики)

Направление подготовки: **49.04.01 «Физическая культура»**
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Фитнес-инноватика»
(наименование)

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

1. Цели и задачи прохождения практики

Целями профессионально-ориентированной практики по направлению 49.04.01 «Физическая культура» являются: трансформация теоретических представлений и знаний обучающихся, в профессиональные умения и навыки, необходимые в практической работе менеджера, менеджера-методиста по разработке, организации и оказанию услуг физкультурно-оздоровительного и туристско-рекреационного характера, которые входят в содержание деятельности физкультурно-оздоровительных или фитнес и туристских центров, клубов и т.п.

Содержание практики направлено на решение следующих **задач**:

1. Ознакомить обучающихся с основными направлениями и опытом работы физкультурно– оздоровительных учреждений, фитнес центров, клубов, в т.ч. системы дополнительного образования, оказывающих туристско-рекреационные и физкультурно-оздоровительные услуги.
2. Сформировать у обучающихся организаторские и педагогические умения и навыки и довести их до уровня, позволяющего организовывать работу инструкторов-методистов, тренеров, менеджера по рекреативно-оздоровительным и туристско-рекреационным услугам, самостоятельно решать оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи рекреационного и спортивно-оздоровительного туризма.
3. Сформировать практико-методические умения и навыки по разработке и реализации современных технологий в проведении занятий, мероприятий физкультурно-оздоровительного и туристско-рекреационного характера.
4. Формирование умений и навыков создания, продвижения и непосредственной продажи физкультурно-оздоровительных и рекреативно-оздоровительных услуг, обеспечения их качества.
5. Разрабатывать содержание и структуру маркетинга физкультурно-оздоровительной деятельности, составлять отчетную учебно-методическую и финансовую документацию.

Профессионально-ориентированная практика реализуется на русском языке.

2. Вид практики, способ и формы (форма) ее проведения

Вид практики: Производственная

Тип практики: Профессионально-ориентированная практика

Практика проводится следующим способом стационарно и форме – непрерывно, а также в форме практической подготовки.

3. Объем, продолжительность и содержание практики, формы отчетности.

Общий объем практики составляет 6 **зачетных единиц, академических часов** (в соответствии с учебным планом) - **216**.

Итоговая оценка проводится в форме дифференцированного зачета.

Форма отчетности: дифференцированный зачет

Содержание практики

Заочная форма обучения

№	Раздел практики	Семестр	Виды работ, осуществляемые при прохождении практики, включая самостоятельную работу обучающихся	Количество академических часов (в соответствии с учебным планом и видами работ)	Форма отчетности по практике (по семестрам)
17.	Организационно-ознакомительная работа Задачи, содержание и организация практики специализации	3	Ведение дневника	6	
18.	Основные направления работы базы практики, традиции, распорядок дня	3	Ведение дневника	6	
19.	Организационная структура базы практики. Нормативные документы, регламентирующие ее деятельность	3	Ведение дневника	6	
20.	Маркетинг в менеджменте рекреативно-оздоровительной организации	3	Ведение дневника	8	
21.	Реклама и ее место в менеджменте рекреативно-оздоровительных услуг организации.	3	Ведение дневника	6	
22.	Требование к кадровому персоналу, функциональные обязанности, система мотивации и повышение квалификации специалистов	3	Отчет по практике	8	
23.	Правила контроля за состоянием здоровья, физического развития. Медицинский контроль.	3	Отчет по практике	8	
24.	Методическая работа. Программы отдельных видов физкультурно-оздоровительной деятельности. Видовые и целевые особенности программ оказания услуг	3	Отчет по практике	8	
25.	Общий анализ одного занятия физкультурно-	3	Отчет по практике	8	

	оздоровительной программы				
26.	Хронометраж частей и всего занятия в целом Контроль уровня и динамики нагрузки с помощью регистрации ЧСС	3	Отчет по практике	8	
27.	Методики разработки технологических процессов оказания услуг физкультурно-оздоровительного характера	3	Отчет по практике	24	
28.	Учебная работа. Практика проведения занятий по классической аэробике и занятий танцевальной направленности	3-4	Отчет по практике	24	
29.	Практика проведения занятий силовой направленности с оборудованием и без.	4	Отчет по практике	24	
30.	Практика проведения занятий по развитию гибкости	4	Отчет по практике	24	
31.	Практика проведения занятий в воде по аквааэробике	4	Отчет по практике	24	
32.	Практика проведения занятий в тренажерном зале	4	Отчет по практике	24	
	ИТОГО:	4		216	Дифференцированный зачет