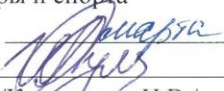


Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Наумова Наталия Александровна
Должность: Ректор
Дата подписания: 24.10.2024 14:21:41
Уникальный программный идентификатор:
6b5279da4e034bffa79172803da5b7b559fc69e2

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
«ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ»
(ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ)

Факультет физической культуры и спорта
Кафедра теории и методики физического воспитания и спорта

Согласовано
и.о. декана факультета физической
культуры и спорта
« 26 »  2024 г.

/Кулищенко И.В./

Рабочая программа производственной практики (научно-исследовательской работы)

Направление подготовки

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль:

Физическая культура и безопасность жизнедеятельности

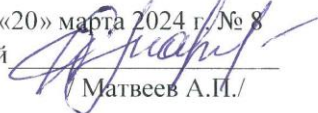
Квалификация

Бакалавр

Формы обучения

Очная, заочная

Согласовано учебно-методической комиссией
факультета физической культуры и спорта
Протокол «26» марта 2024 г. № 8
Председатель УМКом 
/Кулищенко И.В./

Рекомендовано кафедрой теории и
методики физического воспитания и
спорта
Протокол от «20» марта 2024 г. № 8
Зав. кафедрой 
/Матвеев А.М./

Мытищи
2024

Авторы-составители:

Кулишенко И. В., к.п.н., доцент кафедры теоретико-практических основ физического воспитания и спорта

Фандеева А. С., доцент кафедры теоретико-практических основ физического воспитания и спорта

Рабочая программа производственной практики (научно-исследовательская работа), составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования- бакалавриат по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) утвержденного приказом МИНОБРНАУКИ РОССИИ от 22 февраля 2018 г. N 125 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 15 марта 2018 г., регистрационный N 50358), с изменениями, внесенными приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 8 февраля 2021 г. N 83 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 12 марта 2021 г., регистрационный N 62739).

Год начала подготовки (по учебному плану) 2024

Содержание

1. Вид, тип, объем практики, способы ее проведения (в соответствии с требованиями, установленными ФГОС)
2. Перечень планируемых результатов обучения при прохождении практики, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы
3. Место практики в структуре образовательной программы
4. Содержание практики
5. Формы отчетности по практике
6. Оценочные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации; методические материалы (при необходимости)
7. Перечень учебной литературы, ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для прохождения практики
8. Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)
9. Описание материально-технической базы, необходимой для проведения практики

1. Вид, тип, объем практики, способы ее проведения (в соответствии с требованиями, установленными ФГОС)

Вид практики – производственной практики

Тип практики – научно-исследовательская работа

Способ проведения – стационарная, выездная.

Форма проведения – дискретно.

Место проведения - сторонние организации или кафедра Университета.

Объем практики:

По очной форме обучения

Общая трудоемкость практики составляет 6 зачетные единицы (216 часа), в том числе контактная работа с преподавателем – 4,2 ч., самостоятельная работа – 204 ч., из них часы в форме практической подготовки – 204 ч., контроль – 7,8 ч.

Форма промежуточной аттестации - зачет с оценкой в 10 семестре.

По заочной форме обучения

Общая трудоемкость практики составляет 6 зачетные единицы (216 часа), в том числе контактная работа с преподавателем – 4,2 ч., самостоятельная работа – 204 ч., из них часы в форме практической подготовки – 204 ч., контроль – 7,8 ч..

Форма промежуточной аттестации - зачет с оценкой в 11 семестре.

2. Перечень планируемых результатов обучения при прохождении практики, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

2.1. Цель и задачи практики

Цель практики

Целью производственной практики (научно-исследовательская работа) является получение навыков самостоятельного выполнения научных исследований; выработка у обучающихся способности к самосовершенствованию, потребности и навыков самостоятельного и творческого овладения новыми знаниями, а так же обеспечить формирование научно-исследовательской культуры студентов в области физической культуры и спорта.

Задачи производственная практика (педагогическая практика):

Задачами практики являются:

- систематизировать и углубить теоретические и практические знания по профилю подготовки, формировать умения их применения при решении конкретных педагогических или методических задач;
- формировать умения составления библиографии по теме проводимого исследования, приемами библиографического описания, знания основных библиографических источников и поисковых систем;
- закрепление и углубление теоретических знаний по прослушанным за время обучения дисциплинам;
- сбор и анализ научно-технической информации, отечественного и зарубежного опыта по тематике исследования;
- участие в работах по проведению вычислительных экспериментов с целью проверки используемых математических моделей
- формирование навыков выявления и формулировки актуальных проблем в сфере физической культуры и спорта;

- формирование навыков внедрения инновационных и современных компьютерных технологий в практику научных исследований в области физической культуры и спорта;
- формирование навыков разработки программ научных исследований и методологии их реализации.
- формирование представления о методологии научно-исследовательской деятельности;
- формирование представления о современных методах научного исследования;
- развитие профессиональной культуры исследователя;
- содействовать формированию умения планировать научное исследование;
- содействовать овладению способами осмысления и критического анализа научной информации;
- содействовать овладению навыками совершенствования и развития своего научного потенциала.

2.2. Планируемые результаты обучения при прохождении практики

В результате прохождения практики у обучающегося будут сформированы следующие компетенции:

УК-1 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач

УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений

УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде

УК-4 Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)

УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

ОПК-5 Способен осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении

ОПК-6 Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями

ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний

ОПК-9 Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности

ПК-1 Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач

3. Место практики в структуре образовательной программы

Производственная практика (педагогическая практика) входит в обязательную часть Блока 2 «Практики» и является обязательной.

Производственная практика (педагогическая практика) базируется на знаниях, сформированных при изучении дисциплин: «Анатомия человека», «Физиология двигательной деятельности», «Легкая атлетика с методикой преподавания», «Теория и методика физического воспитания и спорта», «Спортивные и подвижные игры с методикой преподавания», «Педагогика», «Психология», .

Производственная практика (педагогическая практика) необходима для изучения

дисциплин: «Мониторинг физического развития и физической подготовленности населения», «Технологии, формы и методы работы с одаренными детьми в области физической культуры и спорта», «Организационно-правовые основы физкультурно-спортивной деятельности», прохождения производственной практика (педагогическая практика).

4. Содержание практики

По очной и заочной форме обучения

№	Разделы (этапы) практики	Виды работы на практике, включая практическую подготовку и самостоятельную работу студентов	Формы текущего контроля
1.	Подготовительный	установочная лекция, производственный инструктаж, инструктаж по технике безопасности	Отметка в индивидуальном плане прохождения практики
2.	Организационно-ознакомительный:	беседы, знакомство с коллективом обучающихся, составление индивидуального плана практики. Изучение правил внутреннего распорядка организации. Сбор, обработка и систематизация справочного и фактического (литературного) материала,	Индивидуальный план прохождения практики План-проспект исследования
2.	Научно-исследовательский этап:	Использование различных методов, форм, технологий, соответствующих особенностям образовательной ступени, в том числе и информационных технологий, для написания и оформления работы	Список используемой литературы
			Протокол хронометрирования,
			протокол пульсометрии
			Протоколы Антропометрических обследований
			Протоколы исследований уровня спортивной подготовленности занимающихся
		Оформление результатов исследования. Подготовка оформленной работы к сдаче. Разработка Индивидуальная траектория физической/спортивной подготовленности Подготовка слайд-презентации Написание статьи; публичная защита выполненной работы	Статья Индивидуальная траектория физической/спортивной подготовленности Презентация
3.	Заключительный:	подведение итогов практики, выставление оценок, подготовка отчетной документации. Заключительная лекция	зачет

5. Формы отчетности по практике

1. Формой промежуточной аттестации по итогам производственной практики (научно-исследовательская работа) является зачет с оценкой, проводимый в виде собеседования, на котором студент защищает подготовленный отчет.
В период производственной практики (научно-исследовательская работа) каждый студент готовит следующую отчетную документацию:
Дневник по практике, в котором представлены материалы заданий практики и отражены конкретные результаты работы (Приложение 1):
 - Индивидуальный план прохождения практики
 - План-проспект исследования
 - Список используемой литературы
 - Протокол хронометрирования,
 - Протокол пульсометрии
 - Протоколы антропометрических обследований
 - Протоколы исследований уровня спортивной подготовленности занимающихся
 - Индивидуальная траектория физической/спортивной подготовленности
 - Статья
 - Презентация.
2. Отчет по практике (Приложение 2), фотоматериалы.

6. Оценочные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации; методические материалы (при необходимости)

6.1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код и наименование компетенции	Этапы формирования
УК-1 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	1.Подготовительный этап 2.Организационно-ознакомительный этап 3.Учебно-методический этап 4.Заключительный этап
УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	1.Подготовительный этап 2.Организационно-ознакомительный этап 3.Учебно-методический этап 4.Заключительный этап
УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	1.Подготовительный этап 2.Организационно-ознакомительный этап 3.Учебно-методический этап 4.Заключительный этап
УК-4 Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)	1.Подготовительный этап 2.Организационно-ознакомительный этап 3.Учебно-методический этап 4.Заключительный этап
УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	1.Подготовительный этап 2.Организационно-ознакомительный этап 3.Учебно-методический этап 4.Заключительный этап

ОПК-5 Способен осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении	1.Подготовительный этап 2.Организационно-ознакомительный этап 3.Учебно-методический этап 4.Заключительный этап
ОПК-6 Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	1.Подготовительный этап 2.Организационно-ознакомительный этап 3.Учебно-методический этап 4.Заключительный этап
ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	1.Подготовительный этап 2.Организационно-ознакомительный этап 3.Учебно-методический этап 4.Заключительный этап
ОПК-9 Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности	1.Подготовительный этап 2.Организационно-ознакомительный этап 3.Учебно-методический этап 4.Заключительный этап
ПК-1 Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач	1.Подготовительный этап 2.Организационно-ознакомительный этап 3.Учебно-методический этап 4.Заключительный этап

6.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Оцениваемые компетенции	Уровень сформированности	Этап формирования	Описание показателей	Критерии оценивания	Шкала оценивания*
УК-1	пороговый	Подготовительный этап Организационно-ознакомительный этап Научно-исследовательский этап Заключительный этап	Знает - особенности системного и критического мышления, логические формы и процедуры исследовательской деятельности; - проблематику научных исследований в сфере физического воспитания и спорта; Умеет - анализировать источники информации с целью выявления их противоречий и поиска достоверных суждений; - анализировать ранее сложившиеся в науке способы оценки информации; - аргументировано формулировать собственное суждение и оценку информации, принимать обоснованное решение; Владеет -навыками сопоставления разных источников информации с целью выявления их противоречий и поиска достоверных суждений; -навыками определения практических последствий предложенного решения задачи;	Статья Протоколы антропометрических исследований Презентация Протокол исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Протокола пульсометрии Протокола хронометрирования Списка литературных источников Плана-проспекта научного исследования Индивидуальный план практики Индивидуальная траектория физической/спортивной подготовленности	Шкала оценивания статьи Шкала оценивания протоколов антропометрических измерений Шкала оценивания презентации Шкала оценивания протокола исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Шкала оценивания протокола пульсометрии Шкала оценивания протокола хронометрирования Шкала оценивания списка литературных источников Шкала оценивания плана-проспекта научного исследования Шкала оценивания индивидуальной траектории физической/спортивной подготовленности
	продвинутый	Подготовительный этап Организационно-ознакомительный этап Научно-исследовательский этап Заключительный этап	Знает - методологию педагогического исследования; - методы исследования и особенности методики организации и проведения научно-исследовательской работы в сфере физического воспитания и спорта; Умеет - выбирать методы исследования и обработки полученных результатов, адекватные поставленным задачам; - оптимально использовать комплекс методов исследования, с учетом характера решаемых исследовательских задач; Владеет - навыками выявления и обоснования проблемы исследования, выделения объекта, предмета, гипотезы исследования;	Статья Протоколы антропометрических исследований Презентация Протокол исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Протокола пульсометрии Протокола хронометрирования Списка литературных источников Плана-проспекта научного исследования Индивидуальный план практики Индивидуальная	Шкала оценивания статьи Шкала оценивания протоколов антропометрических измерений Шкала оценивания презентации Шкала оценивания протокола исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Шкала оценивания протокола пульсометрии Шкала оценивания протокола хронометрирования Шкала оценивания списка литературных источников Шкала оценивания плана-проспекта научного исследования Шкала оценивания

			- рефлексии по поводу собственной и чужой мыслительной деятельности;	траектория физической/спортивной подготовленности	индивидуальной траектории физической/спортивной подготовленности
УК-2	пороговый	Подготовительный этап Организационно-ознакомительный этап Научно-исследовательский этап Заключительный этап	Знать: - знает правовые нормы, регулирующие образовательные отношения; Уметь: - определять совокупность взаимосвязанных задач и необходимого ресурсного обеспечения; - прогнозировать ожидаемые результаты решения задач Владеть: - инструментами и техниками цифрового моделирования для реализации образовательного процесса	Статья Протоколы антропометрических исследований Презентация Протокол исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Протокола пульсометрии Протокола хронометрирования Списка литературных источников Плана-проспекта научного исследования Индивидуальный план практики Индивидуальная траектория физической/спортивной подготовленности	Шкала оценивания статьи Шкала оценивания протоколов антропометрических измерений Шкала оценивания презентации Шкала оценивания протокола исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Шкала оценивания протокола пульсометрии Шкала оценивания протокола хронометрирования Шкала оценивания списка литературных источников Шкала оценивания плана-проспекта научного исследования Шкала оценивания индивидуальной траектории физической/спортивной подготовленности
	продвинутый	Подготовительный этап Организационно-ознакомительный этап Научно-исследовательский этап Заключительный этап	Знать: - знает правовые нормы, регулирующие образовательные отношения; Уметь: - определять совокупность взаимосвязанных задач и необходимого ресурсного обеспечения; - прогнозировать ожидаемые результаты решения задач Владеть: - инструментами и техниками цифрового моделирования для реализации образовательного процесса	Статья Протоколы антропометрических исследований Презентация Протокол исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Протокола пульсометрии Протокола хронометрирования Списка литературных источников Плана-проспекта научного исследования Индивидуальный план практики Индивидуальная траектория физической/спортивной подготовленности	Шкала оценивания статьи Шкала оценивания протоколов антропометрических измерений Шкала оценивания презентации Шкала оценивания протокола исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Шкала оценивания протокола пульсометрии Шкала оценивания протокола хронометрирования Шкала оценивания списка литературных источников Шкала оценивания плана-проспекта научного исследования Шкала оценивания индивидуальной траектории физической/спортивной подготовленности
УК-3	пороговый	Подготовительный этап Организационно-ознакомительный этап	Знать: - основы психологии - основы взаимодействия	Статья Протоколы антропометрических исследований	Шкала оценивания статьи Шкала оценивания протоколов

		онно-ознакомительный этап Научно-исследовательский этап Заключительный этап	участников образовательного процесса. Уметь: - определять свою роль в команде, исходя из стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели Владеть: - Навыками анализа возможных последствия личных действий и планирует свои действия для достижения заданного результата; - Осуществляет обмен информацией, знаниями и опытом с членами команды;	х исследований Презентация Протокол исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Протокола пульсометрии Протокола хронометрирования Списка литературных источников Плана-проспекта научного исследования Индивидуальный план практики Индивидуальная траектория физической/спортивной подготовленности	антропометрических измерений Шкала оценивания презентации Шкала оценивания протокола исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Шкала оценивания протокола пульсометрии Шкала оценивания протокола хронометрирования Шкала оценивания списка литературных источников Шкала оценивания плана-проспекта научного исследования Шкала оценивания индивидуальной траектории физической/спортивной подготовленности
	продвинутый	Подготовительный этап Организационно-ознакомительный этап Научно-исследовательский этап Заключительный этап	Знать: - основы теории и методики физического воспитания; - основы возрастной педагогики и психологии; Уметь: - учитывать особенности поведения других членов команды при реализации своей роли в команде; Владеть: - Способностью оценивать идеи других членов команды для достижения поставленной цели; - Соблюдает установленные нормы и правила командной работы, несет личную ответственность за общий результат.	Статья Протоколы антропометрических исследований Презентация Протокол исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Протокола пульсометрии Протокола хронометрирования Списка литературных источников Плана-проспекта научного исследования Индивидуальный план практики Индивидуальная траектория физической/спортивной подготовленности	Шкала оценивания статьи Шкала оценивания протоколов антропометрических измерений Шкала оценивания презентации Шкала оценивания протокола исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Шкала оценивания протокола пульсометрии Шкала оценивания протокола хронометрирования Шкала оценивания списка литературных источников Шкала оценивания плана-проспекта научного исследования Шкала оценивания индивидуальной траектории физической/спортивной подготовленности
УК-4	пороговый	Подготовительный этап Организационно-ознакомительный этап Научно-исследовательский этап Заключительный этап	Знать: - систему современного русского и иностранного языков; нормы словоупотребления; нормы русской грамматики и грамматики иностранного языка; орфографические нормы современного русского языка и изучаемого иностранного языка; нормы пунктуации и их возможную вариантность;	Статья Протоколы антропометрических исследований Презентация Протокол исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Протокола	Шкала оценивания статьи Шкала оценивания протоколов антропометрических измерений Шкала оценивания презентации Шкала оценивания протокола исследования уровня

			- литературный язык как особую высшую, обработанную форму общенародного (национального) языка: Уметь: - создавать устные и письменные, монологические и диалогические речевые произведения научных и деловых жанров с учетом целей, задач, условий общения, включая научное и деловое общение в среде Интернет; Владеть: - различными формами, видами устной и письменной коммуникации в учебной и профессиональной деятельности; - технологиями самостоятельной подготовки текстов различной жанрово-стилистической принадлежности	пульсометрии Протокола хронометрирования Списка литературных источников Плана-проспекта научного исследования Индивидуальный план практики Индивидуальная траектория физической/спортивной подготовленности	спортивной подготовленности занимающихся Шкала оценивания протокола пульсометрии Шкала оценивания протокола хронометрирования Шкала оценивания списка литературных источников Шкала оценивания плана-проспекта научного исследования Шкала оценивания индивидуальной траектории физической/спортивной подготовленности
	продвинутый	Подготовительный этап Организационно-ознакомительный этап Научно-исследовательский этап Заключительный этап	Знать: - специфику различных функционально-смысловых типов речи (описание, повествование, рассуждение), разнообразные языковые средства для обеспечения логической связности письменного и устного текста. Уметь: - свободно общаться и читать оригинальную монографическую и периодическую литературу на иностранном языке по профессиональной тематике и статьи из газет и журналов, издаваемых на иностранных языках и в сети Интернет. Владеть: - культурой речи; - иностранным языком на уровне контакта с носителями языка с целью быть понятым по широкому кругу жизненных и профессиональных вопросов.	Статья Протоколы антропометрических исследований Презентация Протокол исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Протокола пульсометрии Протокола хронометрирования Списка литературных источников Плана-проспекта научного исследования Индивидуальный план практики Индивидуальная траектория физической/спортивной подготовленности	Шкала оценивания статьи Шкала оценивания протоколов антропометрических измерений Шкала оценивания презентации Шкала оценивания протокола исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Шкала оценивания протокола пульсометрии Шкала оценивания протокола хронометрирования Шкала оценивания списка литературных источников Шкала оценивания плана-проспекта научного исследования Шкала оценивания индивидуальной траектории физической/спортивной подготовленности
УК-6	пороговый	Подготовительный этап Организационно-ознакомительный этап Научно-исследовательский этап Заключительный этап	Знать: - пути и средства профессионального самосовершенствования: профессиональные форумы, конференции, семинары, тренинги; магистратура, аспирантура); развития; Уметь: - анализировать информационные источники (сайты, форумы, периодические	Статья Протоколы антропометрических исследований Презентация Протокол исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Протокола пульсометрии Протокола	Шкала оценивания статьи Шкала оценивания протоколов антропометрических измерений Шкала оценивания презентации Шкала оценивания протокола исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся

			издания); Владеть: - навыками организации самообразования, технологиями приобретения, использования и обновления социально-культурных, психологических, профессиональных знаний	хронометрирования Списка литературных источников Плана-проспекта научного исследования Индивидуальный план практики Индивидуальная траектория физической/спортивной подготовленности	Шкала оценивания протокола пульсометрии Шкала оценивания протокола хронометрирования Шкала оценивания списка литературных источников Шкала оценивания плана-проспекта научного исследования Шкала оценивания индивидуальной траектории физической/спортивной подготовленности
	продвинутый	Подготовительный этап Организационно-ознакомительный этап Научно-исследовательский этап Заключительный этап	Знать: - систему категорий и методов, направленных на формирование аналитического и логического мышления; - закономерности профессионально-творческого и культурно-нравственного развития; Уметь: - анализировать культурную, профессиональную и личностную информацию и использовать ее для повышения своей квалификации и личностных качеств. Владеть: - навыками организации самообразования, технологиями приобретения, использования и обновления социально-культурных, психологических, профессиональных знаний	Статья Протоколы антропометрических исследований Презентация Протокол исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Протокола пульсометрии Протокола хронометрирования Списка литературных источников Плана-проспекта научного исследования Индивидуальный план практики Индивидуальная траектория физической/спортивной подготовленности	Шкала оценивания статьи Шкала оценивания протоколов антропометрических измерений Шкала оценивания презентации Шкала оценивания протокола исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Шкала оценивания протокола пульсометрии Шкала оценивания протокола хронометрирования Шкала оценивания списка литературных источников Шкала оценивания плана-проспекта научного исследования Шкала оценивания индивидуальной траектории физической/спортивной подготовленности
ОПК-5	пороговый	Подготовительный этап Организационно-ознакомительный этап Научно-исследовательский этап Заключительный этап	Знать: - педагогику физической культуры; - теорию и методику физического воспитания; Уметь: - использовать современные методы обучения и воспитания в учебном процессе; Владеть: - навыками разработки технологий обучения и воспитания в современных социально-экономических условиях.	Статья Протоколы антропометрических исследований Презентация Протокол исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Протокола пульсометрии Протокола хронометрирования Списка литературных источников Плана-проспекта научного исследования	Шкала оценивания статьи Шкала оценивания протоколов антропометрических измерений Шкала оценивания презентации Шкала оценивания протокола исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Шкала оценивания протокола пульсометрии Шкала оценивания протокола хронометрирования Шкала оценивания списка литературных источников

				Индивидуальный план практики Индивидуальная траектория физической/спортивной подготовленности	Шкала оценивания плана-проспекта научного исследования Шкала оценивания индивидуальной траектории физической/спортивной подготовленности
	продвинутый	Подготовительный этап Организационно-ознакомительный этап Научно-исследовательский этап Заключительный этап	Знать: - современные технологии обучения и воспитания; - современные методы диагностики состояния обучающихся; - современные оздоровительные технологии. Уметь: - использовать современные методы диагностики, контроля и коррекции состояния обучающихся; - адаптировать методы обучения и воспитания к современным требованиям учебно-воспитательного процесса. Владеть: - навыками разработки технологий обучения и воспитания в современных социально-экономических условиях.	Статья Протоколы антропометрических исследований Презентация Протокол исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Протокола пульсометрии Протокола хронометрирования Списка литературных источников Плана-проспекта научного исследования Индивидуальный план практики Индивидуальная траектория физической/спортивной подготовленности	Шкала оценивания статьи Шкала оценивания протоколов антропометрических измерений Шкала оценивания презентации Шкала оценивания протокола исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Шкала оценивания протокола пульсометрии Шкала оценивания протокола хронометрирования Шкала оценивания списка литературных источников Шкала оценивания плана-проспекта научного исследования Шкала оценивания индивидуальной траектории физической/спортивной подготовленности
ОПК-6	пороговый	Подготовительный этап Организационно-ознакомительный этап Научно-исследовательский этап Заключительный этап	Знать: - основы педагогики и психологии; - особенности педагогической коммуникации с различными возрастными-половыми и социальными группами; Уметь: - осуществлять педагогически оправданное взаимодействие с обучающимися; Владеть: - навыками построения учебно-воспитательного процесса в различных категориями обучающихся.	Статья Протоколы антропометрических исследований Презентация Протокол исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Протокола пульсометрии Протокола хронометрирования Списка литературных источников Плана-проспекта научного исследования Индивидуальный план практики Индивидуальная траектория физической/спортивной подготовленности	Шкала оценивания статьи Шкала оценивания протоколов антропометрических измерений Шкала оценивания презентации Шкала оценивания протокола исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Шкала оценивания протокола пульсометрии Шкала оценивания протокола хронометрирования Шкала оценивания списка литературных источников Шкала оценивания плана-проспекта научного исследования Шкала оценивания индивидуальной траектории физической/спортивной подготовленности

	продвин утый	Подготовит ельный этап Организаци онно- ознакомите льный этап Научно- исследовате льский этап Заключител ьный этап	Знать: - основы педагогической деятельности в сфере физической культуры; - основы управления учебно- воспитательным процессом в системе общего и дополнительного образования. Уметь: - подбирать адекватные методы, формы и средства обучения; - осуществлять педагогический контроль за ходом учебно-воспитательного процесса. Владеть: - навыками педагогически оправданного общения в различными категориями обучающихся;	Статья Протоколы антропометрически х исследований Презентация Протокол исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Протокола пульсометрии Протокола хронометрирования Списка литературных источников Плана-проспекта научного исследования Индивидуальный план практики Индивидуальная траектория физической/спортив ной подготовленности	подготовленности Шкала оценивания статьи Шкала оценивания протоколов антропометрических измерений Шкала оценивания презентации Шкала оценивания протокола исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Шкала оценивания протокола пульсометрии Шкала оценивания протокола хронометрирования Шкала оценивания списка литературных источников Шкала оценивания плана- проспекта научного исследования Шкала оценивания индивидуальной траектории физической/спортивной подготовленности
ОПК-8	порогов ый	Подготовит ельный этап Организаци онно- ознакомите льный этап Научно- исследовате льский этап Заключител ьный этап	Знать: - основы научно- исследовательской деятельности; - основные методы педагогических исследований; Уметь: - проводить научные исследования в рамках учебно- воспитательного процесса; - анализировать полученные результаты собственных научных исследований; Владеть: - навыками сбора и обработки научных данных;	Статья Протоколы антропометрически х исследований Презентация Протокол исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Протокола пульсометрии Протокола хронометрирования Списка литературных источников Плана-проспекта научного исследования Индивидуальный план практики Индивидуальная траектория физической/спортив ной подготовленности	Шкала оценивания статьи Шкала оценивания протоколов антропометрических измерений Шкала оценивания презентации Шкала оценивания протокола исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Шкала оценивания протокола пульсометрии Шкала оценивания протокола хронометрирования Шкала оценивания списка литературных источников Шкала оценивания плана- проспекта научного исследования Шкала оценивания индивидуальной траектории физической/спортивной подготовленности
	продвин утый	Подготовит ельный этап Организаци онно- ознакомите льный этап	Знать: - особенности использования современных научных данных в учебно-воспитательном процессе; - современные информационные технологии	Статья Протоколы антропометрически х исследований Презентация Протокол	Шкала оценивания статьи Шкала оценивания протоколов антропометрических измерений

		Научно-исследовательский этап Заключительный этап	оценки функционального состояния организма обучающихся; - основы обработки и анализа научной информации. Уметь: - проводить научные исследования в рамках учебно-воспитательного процесса; - анализировать полученные результаты собственных научных исследований; - анализировать современные научные достижения в области педагогики физической культуры и смежных науках; - использовать современные информационные технологии для получения и обработки научных данных; - использовать результаты научных достижений в профессиональной деятельности. Владеть: - навыками сбора и обработки научных данных; - навыками использования современных научных достижений в учебно-воспитательном процессе с различными категориями обучающихся.	исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Протокола пульсометрии Протокола хронометрирования Списка литературных источников Плана-проспекта научного исследования Индивидуальный план практики Индивидуальная траектория физической/спортивной подготовленности	Шкала оценивания презентации Шкала оценивания протокола исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Шкала оценивания протокола пульсометрии Шкала оценивания протокола хронометрирования Шкала оценивания списка литературных источников Шкала оценивания плана-проспекта научного исследования Шкала оценивания индивидуальной траектории физической/спортивной подготовленности
ОПК-9	пороговый	Подготовительный этап Организационно-ознакомительный этап Научно-исследовательский этап Заключительный этап	Знать: - теорию и методику применения информационных технологий при решении профессиональных задач; - принципы работы современных информационных технологий; Уметь: - применять информационные технологии и программные средства при решении задач профессиональных задач; - способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности; - Определяет понятия и термины в области поиска, обработки, анализа и систематизации информации. Владеть: навыками решения профессиональных задач с использованием информационных технологий	Статья Протоколы антропометрических исследований Презентация Протокол исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Протокола пульсометрии Протокола хронометрирования Списка литературных источников Плана-проспекта научного исследования Индивидуальный план практики Индивидуальная траектория физической/спортивной подготовленности	Шкала оценивания статьи Шкала оценивания протоколов антропометрических измерений Шкала оценивания презентации Шкала оценивания протокола исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Шкала оценивания протокола пульсометрии Шкала оценивания протокола хронометрирования Шкала оценивания списка литературных источников Шкала оценивания плана-проспекта научного исследования Шкала оценивания индивидуальной траектории физической/спортивной подготовленности
	продвинутый	Подготовительный этап Организационно-	Знать: -методы статистической обработки и анализа данных с помощью компьютера.	Статья Протоколы антропометрических исследований	Шкала оценивания статьи Шкала оценивания протоколов

		ознакомительный этап Научно-исследовательский этап Заключительный этап	Уметь: - представлять статистические данные графически; - создавать Web-страницы; - осуществлять поиск профессиональной информации в компьютерных сетях; - осуществлять информационную защиту с помощью программных средств. Владеть: - методами обработки и наглядного представления полученной информации; - способами и средствами защиты информации.	Презентация Протокол исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Протокола пульсометрии Протокола хронометрирования Списка литературных источников Плана-проспекта научного исследования Индивидуальный план практики Индивидуальная траектория физической/спортивной подготовленности	антропометрических измерений Шкала оценивания презентации Шкала оценивания протокола исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Шкала оценивания протокола пульсометрии Шкала оценивания протокола хронометрирования Шкала оценивания списка литературных источников Шкала оценивания плана-проспекта научного исследования Шкала оценивания индивидуальной траектории физической/спортивной подготовленности
ПК-1	пороговый	Подготовительный этап Организационно-ознакомительный этап Научно-исследовательский этап Заключительный этап	Знать: - структуру, состав и дидактические единицы учебного предмета «Физическая культура»; - содержание современных образовательных физкультурно-спортивных технологий в системе общего образования; Уметь: - формулировать цели и задачи различных циклов технологии преподавания предмета «Физическая культура» в соответствии с требованиями ФГОС ОО и учётом состояния здоровья, возраста, уровня физического развития, физической подготовленности занимающихся, имеющихся условий для занятий; Владеть: - навыками и опытом отбора содержания образования по предмету «Физическая культура» в соответствии с требованиями ФГОС ОО для его реализации в различных формах обучения; - навыками программирования учебно-воспитательного процесса по циклам технологии преподавания предмета «Физическая культура» планирования внеурочных форм физкультурно-спортивной деятельности учащихся; - средствами и методами формирования учебно-познавательной мотивации обучающихся к изучаемому	Статья Протоколы антропометрических исследований Презентация Протокол исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Протокола пульсометрии Протокола хронометрирования Списка литературных источников Плана-проспекта научного исследования Индивидуальный план практики Индивидуальная траектория физической/спортивной подготовленности	Шкала оценивания статьи Шкала оценивания протоколов антропометрических измерений Шкала оценивания презентации Шкала оценивания протокола исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Шкала оценивания протокола пульсометрии Шкала оценивания протокола хронометрирования Шкала оценивания списка литературных источников Шкала оценивания плана-проспекта научного исследования Шкала оценивания индивидуальной траектории физической/спортивной подготовленности

			предмету в рамках урочной и внеурочной деятельности, потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом, здоровом образе жизни;		
продвинутый	Подготовительный этап Организационно-ознакомительный этап Научно-исследовательский этап Заключительный этап	Знать: - научно-теоретические и методические основы преподавания физической культуры на различных ступенях общего образования; - методику организации и проведения урочной и внеурочной форм физической культуры с учетом психо-возрастных особенностей обучающихся; Уметь: - подбирать и применять на уроках физической культуры адекватные поставленным целям и задачам современные научно обоснованные средства и методы обучения, воспитания и развития, организационные формы организации учебной деятельности учащихся; - оценивать эффективность уроков физической культуры; - организовывать активную познавательную деятельность учащихся на основе анализа, взаимоанализа, самоанализа, своевременной коррекции выполнения учебных заданий; Владеть:	Статья Протоколы антропометрических исследований Презентация Протокол исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Протокола пульсометрии Протокола хронометрирования Списка литературных источников Плана-проспекта научного исследования Индивидуальный план практики Индивидуальная траектория физической/спортивной подготовленности	Шкала оценивания статьи Шкала оценивания протоколов антропометрических измерений Шкала оценивания презентации Шкала оценивания протокола исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся Шкала оценивания протокола пульсометрии Шкала оценивания протокола хронометрирования Шкала оценивания списка литературных источников Шкала оценивания плана-проспекта научного исследования Шкала оценивания индивидуальной траектории физической/спортивной подготовленности	

Описание шкал оценивания

Шкала оценивания индивидуального плана практики

Критерии оценивания	Максимальное количество баллов
Перечислены виды деятельности практиканта в соответствии с утверждённой программой практики	2
Указаны сроки выполнения основных видов деятельности практиканта в соответствии с утверждённой программой практики	2
Указаны отметки о выполнении основных видов деятельности практиканта в соответствии с утверждённой программой практики	2
Имеется отметка о согласовании индивидуального плана практики руководителем в соответствии с утверждённым приказом	2
Имеется личная подпись	2

Шкала оценивания плана-проспекта научного исследования

Критерии оценивания	Максимальное количество баллов
Актуальность и значение избранной темы, ее соответствие основным потребностям – объекта исследования, степень обоснованности проблемы	5
Новизна исследования, его теоретическая и практическая значимость; практическая направленность работы, гипотеза исследования отвечать требованиям: логической простоты и непротиворечивости, вероятности, широты применения, концептуальности, научной новизны и верификации.	5
Четкость формулировок цели и задач исследования (цель должна быть сформулирована кратко, лаконично и предельно точно; задачи должны быть связаны с анализом литературы, уточнением понятийного ряда, установлением связей, изучением практики, проведением экспериментов, разработкой, апробацией)	5
разработка стратегического плана исследования: Выполнение сложных теоретических расчетов, проверка на большом объеме экспериментальных данных, результаты могут найти применение во многих научных направлениях описание методов сбора данных, описание схемы анализа данных.	10
	25

Шкала оценивания списка литературных источников

1. Критерии оценивания	Максимальное количество баллов
Нумерация всей использованной литературы сплошная от первого до последнего источника.	2
списка использованной литературы рекомендуется выполнять по принципу алфавитного именного указателя (в общем алфавите авторов и заглавий) в следующей последовательности:	5
источников, включенных в список, выполняется в соответствии с существующими библиографическими правилами, установленными в 2003 году Государственным стандартом (ГОСТ) 7.1-2003 «Библиографическая запись.	10
Итого	10

Шкала оценивания протокола хронометрирования

Критерии оценивания	Максимальное количество баллов
студент самостоятельно проводит хронометрирование тренировочного занятия. Записывает части УТЗ, содержание. Фиксирует: 3- время окончания деятельности по секундомеру; 4-выполнение физических упражнений; 5-слушание и наблюдение; 6- отдых и ожидание; 7-действия по организации; 8- простои. Проводит обработку результатов, вычисляет плотность занятия в целом и его отдельных частей.	6 баллов

Вычисляет моторную плотность занятия и общую плотность занятия.	
студент самостоятельно проводит хронометрирование тренировочного занятия. Записывает части УТЗ, содержание. Фиксирует: 3- время окончания деятельности по секундомеру; 4-выполнение физических упражнений; 5-слушание и наблюдение; 6- отдых и ожидание; 7-действия по организации; 8- простои. Проводит обработку результатов, вычисляет плотность занятия в целом и не высчитывает плотность его отдельных частей. Вычисляет моторную плотность занятия и общую плотность занятия.	5 баллов
студент самостоятельно проводит хронометрирование тренировочного занятия. Записывает части УТЗ, содержание. Фиксирует: 3 - время окончания деятельности по секундомеру; 4-выполнение физических упражнений; 5-слушание и наблюдение; 6- отдых и ожидание; 7-действия по организации; 8- простои. Проводит обработку результатов, не вычисляет плотность занятия в целом и не высчитывает плотность его отдельных частей. Вычисляет моторную плотность занятия и не определяет общую плотность занятия.	4 балла
студент с помощью тренера проводит хронометраж тренировочного занятия. Записывает части УТЗ, содержание. Фиксирует неправильно время: 3 - время окончания деятельности по секундомеру; 4-выполнение физических упражнений; 5-слушание и наблюдение; 6- отдых и ожидание; 7-действия по организации; 8- простои. Проводит обработку результатов, не вычисляет плотность занятия в целом и не высчитывает плотность его отдельных частей. Вычисляет моторную плотность занятия и не определяет общую плотность занятия.	3 балла
студент с помощью тренера проводит хронометраж тренировочного занятия. Записывает части УТЗ, содержание. Фиксирует неправильно время: 3 - время окончания деятельности по секундомеру; 4-выполнение физических упражнений; 5-слушание и наблюдение; 6- отдых и ожидание; 7-действия по организации; 8- простои. Проводит обработку результатов, имеет ошибки в вычислении плотности занятия в целом и не высчитывает плотность его отдельных частей. Не вычисляет моторную плотность занятия и не определяет общую плотность занятия.	2 балла

Шкала оценивания протокола пульсометрии

Критерии оценивания	Максимальное количество баллов
студент самостоятельно организует регистрацию ЧСС у занимающихся. Оформляет протокол пульсовых данных, по этому протоколу делает графическое изображение ЧСС (физиологическую кривую), не анализирует полученные результаты	5 баллов
студент самостоятельно организует регистрацию ЧСС у занимающихся. Оформляет протокол пульсовых данных, по этому протоколу не делает графическое изображение ЧСС (физиологическую кривую), не анализирует полученные результаты.	4 балла
студент самостоятельно организует регистрацию ЧСС у занимающихся. Оформляет с ошибками протокол пульсовых данных, по этому протоколу не делает графическое изображение ЧСС (физиологическую	3 балла

кривую), не анализирует полученные результаты.	
студент с помощью тренера организует регистрацию ЧСС у занимающихся. Оформляет с ошибками протокол пульсовых данных, по этому протоколу не делает графическое изображение ЧСС (физиологическую кривую), не анализирует полученные результаты.	2 балла

Шкала оценивания протокола исследования уровня спортивной подготовленности занимающихся

Критерии оценивания	Максимальное количество баллов
студент самостоятельно организует тестирование: разрабатывает протокол, готовит место проведения тестирования в соответствии с требованиями техники безопасности, подбирает измерительные приборы и технические средства; методически правильно проводит тестирование: правильно располагает тестируемых и выбирает свое место расположения, четко в соответствии с терминологией объясняет технику выполнения тестовых заданий, технически правильно показывает технику выполнения тестовых заданий, правильно и четко подает команды для начала и окончания упражнений, остановки времени и счета количества повторений, правильно фиксирует положения или движения, своевременно делает методические замечания, правильно, своевременно и четко фиксирует результат	6 баллов
разрабатывает протокол, не может самостоятельно подготовить место проведения тестирования в соответствии с требованиями техники безопасности, самостоятельно подбирает измерительные приборы и технические средства; при проведении тестирования делает незначительные ошибки (1-2 ошибки): не правильно располагает тестируемых и не правильно выбирает свое место расположения или не четко в соответствии с терминологией объясняет технику выполнения тестовых заданий (допустимо до 3 незначительных ошибок) или не четко подает команды для начала и окончания упражнений или не четко подает команды остановки времени или не четко считает количества повторений или не правильно фиксирует положения или движения или не своевременно делает методические замечания, но технически правильно показывает технику выполнения тестовых заданий, своевременно и четко фиксирует результат.	5 баллов
разрабатывает протокол, не может самостоятельно подготовить место проведения тестирования в соответствии с требованиями техники безопасности, самостоятельно подбирает измерительные приборы и технические средства; при проведении тестирования делает незначительные ошибки (3 ошибки): не правильно располагает тестируемых и не правильно выбирает свое место расположения или не четко в соответствии с терминологией объясняет технику выполнения тестовых заданий (допустимо до 3 незначительных ошибок) или не четко подает команды для начала и окончания упражнений или не четко подает команды остановки времени или не четко считает количества повторений или не правильно фиксирует положения или движения или не своевременно делает методические	4 балла

замечания, но технически правильно показывает технику выполнения тестовых заданий, своевременно и четко фиксирует результат.	
разрабатывает протокол, не может самостоятельно подготовить место проведения тестирования в соответствии с требованиями техники безопасности, самостоятельно подбирает измерительные приборы и технические средства; при проведении тестирования делает незначительные ошибки (4 ошибки): не правильно располагает тестируемых и не правильно выбирает свое место расположения или не четко в соответствии с терминологией объясняет технику выполнения тестовых заданий (допустимо до 4 незначительных ошибок) или не четко подает команды для начала и окончания упражнений или не четко подает команды остановки времени или не четко считает количества повторений или не правильно фиксирует положения или движения или не своевременно делает методические замечания, но технически правильно показывает технику выполнения тестовых заданий, своевременно и четко фиксирует результат.	3 балла
разрабатывает протокол, не может самостоятельно подготовить место проведения тестирования в соответствии с требованиями техники безопасности, самостоятельно подбирает измерительные приборы и технические средства; при проведении тестирования делает незначительные ошибки (5 ошибок): не правильно располагает тестируемых и не правильно выбирает свое место расположения или не четко в соответствии с терминологией объясняет технику выполнения тестовых заданий (допустимо до 5 незначительных ошибок) или не четко подает команды для начала и окончания упражнений или не четко подает команды остановки времени или не четко считает количества повторений или не правильно фиксирует положения или движения или не своевременно делает методические замечания, но технически правильно показывает технику выполнения тестовых заданий, своевременно и четко фиксирует результат.	2 балла
разрабатывает протокол, не может самостоятельно подготовить место проведения тестирования в соответствии с требованиями техники безопасности, самостоятельно подбирает измерительные приборы и технические средства; при проведении тестирования делает незначительные ошибки (6 ошибок): не правильно располагает тестируемых и не правильно выбирает свое место расположения или не четко в соответствии с терминологией объясняет технику выполнения тестовых заданий (допустимо до 6 незначительных ошибок) или не четко подает команды для начала и окончания упражнений или не четко подает команды остановки времени или не четко считает количества повторений или не правильно фиксирует положения или движения или не своевременно делает методические замечания, но технически правильно показывает технику выполнения тестовых заданий, своевременно и четко фиксирует результат.	1 балл

Шкала оценивания презентации

5 «отлично»	1. Цвет фона соответствует цвету текста 2. Использовано более 5 цветов шрифта 3. Каждая страница имеет свой стиль оформления 4. Гиперссылки выделены 5. Присутствует анимация 6. Звуковой фон соответствует единой концепции, не носит отвлекающий характер 7. Отдельные ссылки работают
4 «хорошо»	1. Цвет фона соответствует цвету текста 2. Использовано менее 5 цветов шрифта 3. Не каждая страница имеет свой стиль оформления 4. Гиперссылки выделены 5. Присутствует анимация 6. Звуковой фон соответствует единой концепции, не носит отвлекающий характер 7. Отдельные ссылки работают
3 «удовлетворительно»	1. Цвет фона не соответствует цвету текста 2. Использовано менее 5 цветов шрифта 3. Не каждая страница имеет свой стиль оформления 4. Гиперссылки не выделены 5. Присутствует анимация 6. Звуковой фон не соответствует единой концепции, носит отвлекающий характер 7. Слишком мелкий шрифт (соответственно, объём информации слишком велик — кадр перегружен) 8. Не работают отдельные ссылки
2 «неудовлетворительно»	1. Цвет фона не соответствует цвету текста 2. Использовано менее 5 цветов шрифта 3. Каждая страница не имеет свой стиль оформления 4. Гиперссылки не выделены 5. Анимация отсутствует (или же презентация перегружена анимацией) 6. Звуковой фон не соответствует единой концепции, носит отвлекающий характер 7. Слишком мелкий шрифт (соответственно, объём информации слишком велик — кадр перегружен) 8. Не работают отдельные ссылки

Шкала оценивания индивидуальной траектории физической/спортивной подготовленности

Критерии оценивания	Максимальное количество баллов
Описана литература и методические указания, необходимые для ознакомления с возможностями коррекции физической здоровья; Поставлена цель по развитию физического здоровья, прописаны рекомендации по дозированию физических нагрузок с учетом исходных показателей физического здоровья, рекомендации по режиму дня, питанию, отказу от вредных привычек, профилактике заболеваний. Определены даты текущего и итогового контроля	10

Описана литература и методические указания, необходимые для ознакомления с возможностями коррекции физической здоровья; Плохо описана цель по развитию физического здоровья, прописаны рекомендации по дозированию физических нагрузок с учетом исходных показателей физического здоровья, рекомендации по режиму дня, питанию, отказу от вредных привычек, профилактике заболеваний. Определены даты текущего и итогового контроля	7
Описана литература и методические указания, необходимые для ознакомления с возможностями коррекции физической здоровья; Плохо описана цель по развитию физического здоровья, прописаны рекомендации по дозированию физических нагрузок с учетом исходных показателей физического здоровья, рекомендации по режиму дня, питанию, отказу от вредных привычек, профилактике заболеваний. Не определены даты текущего и итогового контроля	5
Описана литература и методические указания, необходимые для ознакомления с возможностями коррекции физической здоровья; Плохо описана цель по развитию физического здоровья, указаны не все рекомендации по дозированию физических нагрузок с учетом исходных показателей физического здоровья, рекомендации по режиму дня, питанию, отказу от вредных привычек, профилактике заболеваний. Не определены даты текущего и итогового контроля	3
Не предоставлена индивидуальная траектория физической/спортивной подготовленности	0

Шкала оценивания протоколов антропометрических измерений

Критерии оценивания	Максимальное количество баллов
Результаты должны быть представлены точно, четко, недвусмысленно и объективно и должны включать в себя всю информацию, необходимую для интерпретации результатов, а также всю информацию, требуемую в соответствии с применяемым методом. студент самостоятельно организует тестирование: разрабатывает протокол, готовит место проведения тестирования в соответствии с требованиями техники безопасности, подбирает измерительные приборы и технические средства;	10
Результаты должны представлены не точно, четко, недвусмысленно и объективно и должны включать в себя всю информацию, необходимую для интерпретации результатов, а также всю информацию, требуемую в соответствии с применяемым методом. Студент самостоятельно подбирает измерительные приборы и технические средства; при проведении тестирования делает незначительные ошибки (1-2 ошибки)	7
Результаты должны представлены не точно, четко, недвусмысленно и объективно и должны включать в себя всю информацию, необходимую для интерпретации результатов, а также всю информацию, требуемую в соответствии с применяемым методом. Студент самостоятельно подбирает измерительные приборы и технические средства; при проведении тестирования делает незначительные ошибки (4 ошибки)	5

Результаты должны представлены не точно, четко, недвусмысленно и объективно и должны включать в себя всю информацию, необходимую для интерпретации результатов, а также всю информацию, требуемую в соответствии с применяемым методом. Студент самостоятельно подбирает измерительные приборы и технические средства; при проведении тестирования делает незначительные ошибки (5 ошибок)	3
--	---

Шкала оценивания статьи

Критерии оценивания	Максимальное количество баллов
Статья подготовлена и опубликована без замечаний	10
Статья подготовлена к печати без замечаний	7
Статья подготовлена к печати и имеет ряд замечаний	5
Статья подготовлена к печати и имеет ряд существенных замечаний	3
Статья не подготовлена к печати	0

6.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Вариант работы во время прохождения производственной практики (научно-исследовательская работа):

Индивидуальный план практики

1. Плана-проспекта научного исследования план-проспект программы исследования, включающая в себя: актуальность, цель, задачи, гипотеза, предмет и объект исследования, представление плана научного исследования;
2. Хронометрирование (точный учет и оценка (определение моторной и общей плотности урока) расхода времени на различные элементы учебно-воспитательной работы учебно-тренировочного занятия с различными возрастными группами)
3. Пульсометрия(измерение частоты пульса. Ее изменение интегрально отражает различные с тороны психофизиологического напряжения: мышечного, терморегуляторного, нервно-эмоционального и др.)
4. Протокол тестирования физической подготовленности (Оценка физической подготовленности проводится исходя из уровня функциональных возможностей различных систем организма: сердечно-сосудистой, мышечной, дыхательной. Провести оценку уровня физической подготовленности можно при помощи определения уровня развития физических качеств.
5. Протоколы антропометрических исследований (это метод изучения человека, основанный на измерении морфологических и функциональных признаков его тела). Антропометрические данные дают возможность следить за особенностями физического развития, рекомендовать обучающимся заниматься тем или иным видом спорта, а также индивидуально планировать нагрузку.

К антропометрическому инструментарию относят:

- металлический штанговый антропометр системы Мартина, который одновременно может служить как штанговый циркуль;
- деревянный станковый ростомер;
- большой и малый толстотные циркули;
- скользящий циркуль;
- миллиметровые (металлические, полотняные или прорезиненные) ленты длиной до 1,5-2 м;

- весы медицинские с точностью измерения до 50 г;
 - калипер;
 - динамометры (кистевой, становой);
 - гониометры;
 - стопомеры.
6. Список литературных источников охватывает все документы, использованные при выполнении письменной работы. В список включаются библиографические записи документов, оформленные в соответствии с действующими стандартами:
- ГОСТ 7.1-2003. Библиографическая запись. Библиографическое описание. Общие требования и правила составления
 - ГОСТ 7.80-2000. Библиографическая запись. Заголовок. Общие требования и правила составления.
 - ГОСТ 7.82-2001. Библиографическая запись. Библиографическое описание электронных ресурсов. Общие требования и правила составления.
7. Статья (законченное авторское произведение, описывающее результаты оригинального научного исследования (первичная научная статья) или посвящённая рассмотрению ранее опубликованных научных статей, связанных общей темой (обзорная научная статья))
 Научная статья имеет четкую структуру и состоит из следующих частей:
- Название (заголовок).
 - Аннотация.
 - Ключевые слова.
 - Введение.
 - Обзор литературы.
 - Основная часть (методология, результаты).
 - Выводы и дальнейшие перспективы исследования.
8. Индивидуальная траектория физической/спортивной подготовленности
 Представлены обязательные блоки:
- Информационный блок: обеспечивает литературой и методическими указаниями, необходимыми ему для ознакомления с возможностями коррекции физической здоровья;
- Целевой блок: постановка реальной личной цели по развитию физического здоровья с учетом выявленных у него отклонений, а также воздействия на необходимые функциональные системы организма.
- Педагогический блок включает:
- рекомендации по дозированию физических нагрузок с учетом исходных показателей физического здоровья, характера имеющегося или перенесенного заболевания;
 - рекомендации по режиму дня, питанию, отказу от вредных привычек, профилактике заболеваний;
- Контролирующий блок предусматривает сопоставление результатов уровней физического здоровья, полученных в ходе текущего, итогового контроля и самоконтроля, с предыдущими замерами, фиксирует успешность или недостатки проведенной работы
9. Презентация

6.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Промежуточная аттестация по производственной практики (научно-исследовательская работа) учитывает уровень результатов обучения, общее количество работы студента, дисциплинированность, самостоятельность.

Для оценки видов деятельности практиканта, осуществляемых на производственной практики (научно-исследовательская работа), используются следующие

формы отчетности:

1.Дневник по практике, в котором представлены материалы заданий практики и отражены конкретные результаты работы:

Индивидуальный план прохождения практики

- План-проспект исследования
- Список используемой литературы
- Протокол хронометрирования,
- протокол пульсометрии
- Протоколы антропометрических обследований
- Протоколы исследований уровня спортивной подготовленности занимающихся
- Статья
- Индивидуальная траектория физической/спортивной подготовленности
- Презентация.

2.Отчет по практике, фотоматериалы.

Максимальное количество баллов, которое может набрать обучающийся в течение семестра за текущий контроль, равняется 70 баллам.

Максимальное количество баллов, которые обучающийся может получить на зачете с оценкой, равняется 30 баллам.

Формами промежуточной аттестации являются зачет с оценкой, который проходит в форме защиты отчета по практике.

Шкала оценивания зачета с оценкой

Итоговая шкала выставления оценки по практике

Количество баллов	Критерии оценивания
30-20	ставится обучающемуся, который выполнил в срок и на высоком уровне весь объем работы, требуемый программой практики, обнаружил умение правильно определять и эффективно осуществлять основные учебно-воспитательные задачи с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся; проявлял в работе самостоятельность, творческий подход, педагогический такт, педагогическую культуру.
20-10	ставится обучающемуся, который полностью выполнил намеченную на период практики работу, показал умения определять и решать основные учебно-воспитательные задачи; был инициативен, но при этом не проявил творческого подхода к работе.
10-5	ставится обучающемуся, который выполнил программу практики, но не проявил глубоких знаний и умений применять их на практике; допускал ошибки в планировании и проведении учебно-воспитательной работы; не учитывал возрастные и индивидуальные особенности детей.
5-0	ставится обучающемуся, который не выполнил намеченную учебную и воспитательную работу; обнаружил слабое знание профилирующих дисциплин, неумение применять их на практике; не установил правильные взаимоотношения с обучающимися и не организовал их педагогически целесообразную деятельность.

Итоговая оценка выставляется по приведенной ниже шкале. При выставлении итоговой оценки учитываются результаты работы в семестре, а также результаты защиты отчета по практике.

Баллы, полученные обучающимися	Оценка
81 – 100	отлично

61 – 80	хорошо
41 – 60	удовлетворительно
0 – 40	неудовлетворительно

7. Перечень учебной литературы, ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для прохождения практики

7.1. Основная литература

1. Мякотных, В. В. Теория и методика оздоровительной тренировки : учебное пособие. — Сочи : Сочинский государственный университет, 2020. — 84 с. — Текст : электронный. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/106593.html>
2. Никитушкин, В.Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учеб. пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. - 2-е изд. - М. : Юрайт, 2019. - 246с. – Текст: непосредственный
3. Третьякова, Н. В. Теория и методика оздоровительной физической культуры : учебное пособие / Н. В. Третьякова, Т. В. Андрюхина, Е. В. Кетриш. - Москва : Спорт, 2016. - 280 с. - Текст: электронный. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839237.html>

7.2 Дополнительная литература:

1. Аэробика: содержание и методика оздоровительных занятий : учебно-методическое пособие / сост. Д. А. Вихарева, Е. В. Козлова. — 2-е изд. — Комсомольск-на-Амуре, Саратов : Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2019. — 45 с. — Текст : электронный. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/85808.html>
2. Аэробные циклические упражнения в оздоровительной физической культуре : учебно-методическое пособие / Л. Г. Чернышева, И. В. Кондратюк, О. А. Лысенко, А. И. Мацко. — Армавир : Армавирский государственный педагогический университет, 2021. — 140 с. — Текст : электронный. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/115779.html>
3. Башта, Л. Ю. Теоретико-методические основы спортивно-оздоровительных занятий с детьми : учебное пособие. - Омск : СибГУФК, 2019. - 108 с. - Текст : электронный. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785919301271.html>
4. Криживецкая, О. В. Фитнес. Основы спортивно-оздоровительной тренировки : учебное пособие / Криживецкая О. В. , Ивко И. А. - Омск : СибГУФК, 2018. - 120 с. - Текст : электронный. - URL : https://www.studentlibrary.ru/book/sibguvk_057.html
5. Комплекс ГТО как основа физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в школе : учебно-методическое пособие / С. А. Давыдова, А. Р. Галеев, Н. И. Синявский, А. В. Фурсов. — Нижневартовск : Нижневартовский государственный университет, 2021. — 68 с. — Текст : электронный. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/118981.html>
6. Комплексно-комбинированные занятия оздоровительной гимнастикой : учебное пособие / В. А. Гриднев, В. П. Шибкова, Е. В. Голякова [и др.]. — Тамбов : Тамбовский государственный технический университет, 2019. — 81 с. — Текст : электронный. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/99762.html>
7. Ланда Б.Х. Диагностика физического состояния. Обучающие методика и технология : учебное пособие. — М. : Спорт, 2017. — 128 с. — Текст: электронный. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/74293.html>
8. Мельникова, Ю. А. Технология планирования образовательного и тренировочного процесса по физической культуре и спорту в системе дополнительного образования : учеб.-метод. пособие / Мельникова Ю. А. , Мельников К. В. - Омск : СибГУФК, 2020. - 160 с. - Текст : электронный. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785919301462.html>
9. Мудриевская, Е. В. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями оздоровительной направленности : учебное пособие. — Саратов :

Вузовское образование, 2021. — 53 с. — Текст : электронный. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/107084.html>

10. Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах : учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2022. — 160 с. — Текст : электронный. — URL: <https://urait.ru/bcode/493629>

7.3.Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. www.rian.ru
2. www.school.edu.ru
3. www.sport28.ru.
4. <http://www.fizkulturaravshkole.ru/>
5. <http://fizkultura-na5.ru/>
6. [http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject\[\]=38](http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=38)
7. <http://www.openclass.ru/>
8. http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9
9. <http://festival.1september.ru/>
10. http://www.nlr.ru/res/inv/ic_sport/index.php

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

Лицензионное программное обеспечение:

Microsoft Windows

Microsoft Office

Kaspersky Endpoint Security

Информационные справочные системы:

Справочно-правовая система «ГАРАНТ»

Справочно-правовая система «КонсультантПлюс»

Профессиональные базы данных

fgosvo.ru – Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования

pravо.gov.ru - Официальный интернет-портал правовой информации

www.edu.ru – Федеральный портал Российское образование

Свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

ОМС Плеер (для воспроизведения Электронных Учебных Модулей)

7-zip

Google Chrome

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

Для проведения практики необходимо следующее материально-техническое обеспечение: кабинеты, учебно-наглядные пособия, учебные пособия, учебно-методические пособия, доступ к «Интернет-ресурсам».

Приложение 1

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего
образования

«ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ»
(ФГАОУ ВО «ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ»)

Факультет физической культуры и спорта
Кафедра теории и методики физического воспитания и спорта

ОТЧЕТ О ПРОХОЖДЕНИИ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ

обучающийся ____ курса ____ группы ____ формы обучения
направления подготовки «_____»,
профиль «_____»

(Ф.И.О.)

МЕСТО ПРОХОЖДЕНИЯ ПРАКТИКИ _____

СРОКИ ПРАКТИКИ _____

РУКОВОДИТЕЛИ ПРАКТИКИ:

ОТ (направляющей стороны) _____ / _____ /
(подпись) (ф.и.о., должность)

Мытищи

20____

Самоанализ студента

о прохождении производственной практики (научно-исследовательская работа)

1. Выполнение плана практики, место проведения, были ли отклонения от плана практики?) _____

2. Положительные стороны работы, проделанной на практике (указать в какой мере практика способствовала закреплению и углублению полученных в университете знаний, приобретению навыков практической работы):

3. Проанализируйте уровень Вашей готовности к профессиональной деятельности. Какие профессионально-значимые умения и навыки Вы приобрели в ходе практики? Каких знаний и умений Вам не хватало? _____

4. Общие выводы о практике. Ее значение в формировании Вашей профессиональной готовности _____

Подпись студента _____

Дата _____

ОТЗЫВ

о производственной практики (научно-исследовательская работа)

_____,
(Ф.И.О. полностью)

За время практики были выполнены следующие виды работы с указанием
конкретных поручений: _____

Краткая характеристика уровня профессиональной готовности и отношения к
работе _____

Оценка за практику _____

Руководитель практики

(подпись)

(Ф.И.О.)

Отзыв организации

Студент _____ курса факультета физической культуры и спорта

(ф.и.о.)

с _____ по _____ 20__ г. прошел учебной практике (научно-исследовательская работа (получение первичных навыков научно-исследовательской работы)) по направлению 44.03.05 «Педагогическое образование» (сдвумя профилями подготовки) в

(наимен. орган. или подразд.)

За время прохождения практики (указать объем выполненных работ)

Программа практики выполнена полностью.

В целом работа практиканта _____

(ф.и.о.)

заслуживает оценки _____.

Руководитель производственной практики (научно-исследовательская работа)

(подпись)

(ФИО)

Приложение 2

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего
образования
«ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ»
(ФГАОУ ВО «ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ»)

Факультет физической культуры и спорта
Кафедра теории и методики физического воспитания и спорта

ДНЕВНИК ОБУЧАЮЩЕГОСЯ ПО ПРАКТИКЕ

Студент (-ка) _____
(фамилия, имя, отчество)

_____ форма обучения ____ курса _____ группы

направления подготовки _____

профиль _____

квалификации (степени) бакалавр

направляется на _____ практику

в _____

(организация адрес)

Преподаватель- руководитель практики _____

(Ф.И.О., должность, ученая степень, ученое звание)

Кафедра _____

E-mail fakul-fk@guppros.ru

Индивидуальный план работы студента _____ на период
с _____ по _____ 202__ г.
Ф.И.О.

Виды деятельности	Срок выполнения	Отметка о выполнении	Примечания

Протокол проведения хронометража УТЗ

Группа: _____ Дата проведения: _____

Тренер:

Задачи:

1.

2.

3.

На занятии присутствовало:

Наблюдение велось за спортсменом:

Наблюдение проводил (а):

Части занятия	Содержание занятия	Время окончания занятия деятельности	Наблюдаемые виды деятельности				
			Выполнение упражнений	Слушание и наблюдение	Вспомогательные действия	Отдых	Простой
1	2	3	4	5	6	7	8
Вводно-подготовительная часть							
Основная часть							
Заключительная часть							
Итого							

Расчет общей и моторной плотности:

Общая плотность

ОП = (t п.д./t общ. УТЗ)× 100 %, где t п.д.- время полезной деятельности

$$O\Pi=$$

Моторная плотность

$$\text{МП} = (t \text{ ф.у. (сек)} / t \text{ общ. УТЗ (сек.)}) \times 100 \%$$
$$M\Pi =$$

Выводы и предложения:

Высчитав моторную плотность, можно сделать вывод о том, что эта тренировка была направлена на совершенствование материала.

«Согласовано»

дата

ПОДПИСЬ

Ф.И.О.

Ф.И.О.

Задание 2. Пульсометрия занятия
Протокол
измерения частоты сердечных сокращений
на уроке физической культуры (пульсометрия)

Группа: Дата проведения:

Тренер:

Задачи:

1.

2.

3.

На занятии присутствовало:

Наблюдение велось за спортсменом (Ф.И., возраст):

Пульс в покое:

Наблюдение проводил (а):

Части занятия	Виды деятельности	Время измерения ЧСС	ЧСС за 10 сек	ЧСС за 1 мин
1	2	3	4	5
Вводная часть Основная часть 3 заключ.				

Пульс ученика через 5 мин после окончания занятия: 120 уд/мин.

Пульсограмма занятия

Ч
СС,
уд/
МИН

[illegible]

t, МИН

Пульсовая сумма работы (ПСР)

Сумма ЧСС по каждой минуте занятия:

ЧСС покоя:

$$120 \times 45 = 5400$$

$$\text{ПСР} = 6537 - 5400 = 1137$$

Выводы и предложения (в выводах обратить внимание на анализ динамики и правильности распределения нагрузки, выделить зоны нагрузки, указать пульсовую сумму работы

«Согласовано»

дата

ПОДПИСЬ

/_____/
Ф.И.О.

Протокол тестирования спортивной подготовленности обучающихся

№	ФИО	Возраст	Наименование тестов					
			Бег 30 сек.	Уровень м, оценки	Челночный бег, сек.	Уровень бега, оценки	Подтягивание	Уровень оценки
1.	Ф							
2.	Б							
3.	В							
4.	Г							
5.	Д							
6.	Е							
7.	Ж							
8.	З							
9.	И							
10.	К							
11.	Л							
12.	М							
13.	Н							
14.	О							
15.	П							
16.	Р							
17.	С							
18.	Т							
19.	У							
20.	Ф							
21.	Х							
22.	Ц							

Провести сравнительный анализ физической подготовленности (ОФП или СФП) занимающихся одного возраста (расчеты делать на основе средней арифметической величины, дисперсии и стандартного отклонения, коэффициента вариации)

Название контрольного упражнения (теста)

№ п/п	Группа	$\chi \pm \sigma, v$
1		
.		
2		
.		
3		
.		
4		
.		
5		
.		
6		
.		
7		
.		
8		
.		
9		
.		
10.		

$$\bar{x} = \frac{72+56+76+47+60+75+58+61+54+71}{10} = 63$$

$$\sigma^2 = \frac{\sum_{i=1}^n (x_i - \bar{x})^2}{n-1} = \frac{81+49+169+256+9+144+4+25+81+64}{9} = 98$$

$$\sigma = \sqrt{98} = 9,8$$

$$V = \frac{98}{63} * 100 = 15,5\%$$

Вывод

Задание 2. Установить взаимосвязь между контрольными упражнениями (тестами). Расчеты делать на основе коэффициента линейной парной корреляции Бравэ-Пирсона или коэффициента ранговой корреляции Спирмена.

Группа

Мальчи ки	Название теста (указать единицу измерения)		Rx	Ry
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				

$$\rho = 1 - \frac{6 \cdot \sum d^2}{n(n^2 - 1)} = 1 - \frac{6 \cdot (0+1+16+9+4+2+4+9+2+4)}{10 \cdot (100 - 1)} = 1 - \frac{51}{990} = 1 - 0,05 = 0,95$$

Группа 6 лет

Девоч ки	Название теста (указать единицу измерения)		Rx	Ry
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				

$$\rho = 1 - \frac{6 \cdot \sum d^2}{n(n^2 - 1)} = 1 - \frac{6 \cdot (4+64+4+64+36+16+16+36+0+16)}{10 \cdot (100 - 1)} = 1 - \frac{256}{990} = 1 - 0,25 = 0,75$$

Вывод

Антропометрическое обследование

Возраст _____ Пол _____ Кол-во _____ Дата _____

Задачи:

1. Определить весоростовой индекс (**ВРИ**) по формуле:

ВРИ ($г/см$), где h m 1000 ☐ ☐

m – масса тела ($кг$); 1000 – коэффициент перевода в граммы; h – длина тела ($см$).

Норма для 15 лет: мальчики – 325 $г/см$, девочки – 318 $г/см$. Величина больше норм мы говорит об избыточной массе тела, а меньше – о её дефиците.

2. Определить индекс пропорциональности физического развития (**ИПФР**) по формуле:

ИПФР %, где % $100 \frac{h_1 - h_2}{h_1} \cdot 100$ ☐ ☐ ☐ h_1 h_2 h_1

h_1 – длина тела стоя ($см$), h_2 – длина тела сидя ($см$).

Величина ИПФР составляющая менее 87% говорит о малой длине ног по отношению к длине туловища, 87-92% – о пропорциональном физическом развитии, более 92% – об относительно большой длине ног.

Задание:

- ☐ обследовать по данным показателям;
- ☐ по результатам обследования выделить 2 группы лиц: с дефицитом и избыточной массой тела, а также с крайними показателями пропорциональности физического развития;
- ☐ указать для данных групп возможные (желательные) виды спорта для занятий в спортивных секциях
- ☐ зафиксировать эти исследования в дневнике практиканта;
- ☐ результаты исследований представить в итоговом отчете.

План-проспект исследования

Студент

_____, _____ 202 ____ г. _____ / _____ /
(дата) (подпись) (ФИО.)

«Согласовано»

_____/_____/_____
(дата) (подпись руководителя) (Ф.И.О.)