



# Программа учебной и производственной практики

по профессии 49.02.01 Физическая культура

Тольятти, 2025

УТВЕРЖДЕНА  
Приказом директора ГАПОУ КТ и ХО  
№ 01-20/214 от 21.04.2025г.

Программа учебной и производственной практики  
разработана в соответствии с ФГОССПО по  
специальности 49.02.01 Физическая культура

Зам. директора по УПР К.А. Горбунова

РАССМОТРЕНА НА ЗАСЕДАНИИ  
методического объединения преподавателей  
общеобразовательных дисциплин  
протокол № 7 от 19.03.2025г.

Руководитель МО: Е.П. Шейкина .

Содержание программы учебной и производственной практики разработано на  
основании Отчета о результатах согласования ФГОС СПО и требований рынка труда

Составитель: Е.П. Шейкина , преподаватель первой квалификационной категории

Техническая экспертиза: Миронова С.С. преподаватель высшей квалификационной  
категории

Содержательная экспертиза: Е.П. Шейкина, руководитель МО преподавателей  
общеобразовательных дисциплин

## СОДЕРЖАНИЕ

Паспорт программы учебной практики и стр. 4  
производственной практики

Учебная практика и производственная практика по стр. 9  
профессиональным модулям

Материально-техническое обеспечение учебной стр. 17  
практики и производственной практики

# I. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ И ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ

## 1. Область применения программы:

Программа учебной практики и производственной практики является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура и основных видов деятельности (ВД):

Организация и проведение физкультурно-спортивной работы.

Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности

Организация и проведение физкультурно-оздоровительных, рекреационных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп

## 2. Цели и задачи учебной практики:

формирование у обучающихся первичных практических умений / опыта деятельности в рамках профессиональных модулей ООП СПО.

### Цели и задачи производственной практики:

формирование у обучающихся профессиональных компетенций в условиях реального производства.

## 3. Требования к результатам учебной практики и производственной практики:

В результате прохождения учебной практики и производственной практики по ВД обучающийся должен освоить:

№п/п	ВД	Профессиональные компетенции
1	2	3
1.	Организация и проведение физкультурно-спортивной работы.	ПК 1.1 Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу. ПК 1.2__Организовывать и проводить мероприятия в сфере молодежной политики, включая досуг и отдых детей, подростков и молодежи, в том числе в специализированных (профильных) лагерях. ПК 1.3 Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия. ПК 1.4 Организовывать деятельность волонтеров в области физической культуры и спорта. ПК 1.5 Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по тестированию

		населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса. ПК 1.6 Проводить работу по предотвращению применения допинга.
--	--	---

1	2	3
2.	Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности	<p>ПК 2.1 Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по физической культуре и спорту, физкультурно-спортивной работы.</p> <p>ПК 2.2 Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности специалистов в области физической культуры и спорта.</p> <p>ПК 2.3 Оформлять результаты методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчетов.</p> <p>ПК 2.4 Осуществлять исследовательскую и проектную деятельности в области физической культуры и спорта.</p>
3.	Организация и проведение физкультурно-оздоровительных, рекреационных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп	<p>ПК 3.1 Определять цели и задачи, планировать и анализировать занятия с населением различных возрастных групп.</p> <p>ПК 3.2 Проводить занятия с населением различных возрастных групп.</p> <p>ПК 3.3 Осуществлять контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий.</p> <p>ПК 3.4 Осуществлять консультирование населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок.</p> <p>ПК 3.5 Вести первичную учётно-отчётную документацию, обеспечивающую проведение занятий.</p>

Код	Наименование общей компетенции
-----	--------------------------------

ОК 1.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;
ОК 02.	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;
ОК 04.	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;
ОК 05.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;
ОК 06.	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских нравственно-духовных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;
ОК 08.	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;
ОК 09.	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

#### **4. Форма контроля:**

Учебная практика - дифференцированный зачет.

Производственная практика - дифференцированный зачет.

#### **5. Количество часов на освоение программы учебной практики и производственной практики:**

Всего \_\_756\_\_ часов, в том числе:

В рамках освоения ПМ 01 «Организация и проведение физкультурно-спортивной работы» - 252 часов.

В рамках освоения ПМ 02 «Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности» - 288 часов.

В рамках освоения ПМ 03 - «Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп» - 216 часов.

## II. УЧЕБНАЯ ПРАКТИКА И ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ ПРАКТИКА ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНЫМ МОДУЛЯМ

### ПМ 01 «Организация и проведение физкультурно-спортивной работы»

#### 1. Результаты освоения программы учебной и производственной практики.

Результатом освоения программы учебной и производственной практики являются сформированные профессиональные компетенции

Код	Наименование профессиональной компетенции
1	2
ПК 1.1.	Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу.
ПК 1.2.	Организовывать и проводить мероприятия в сфере молодежной политики, включая досуг и отдых детей, подростков и молодежи, в том числе в специализированных (профильных) лагерях.
ПК 1.3.	Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия.
ПК 1.4.	Организовывать деятельность волонтеров в области физической культуры и спорта.
ПК 1.5.	Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.
ПК 1.6.	Проводить работу по предотвращению применения допинга.

### ПМ 02 «Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности»

#### 1. Результаты освоения программы учебной практики и производственной практики

Результатом освоения программы учебной и производственной практики являются сформированные профессиональные компетенции

Код	Наименование профессиональной компетенции
1	2

ПК 2.1.	Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по физической культуре и спорту, физкультурно-спортивной работы.
ПК 2.2	Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности специалистов в области физической культуры и спорта
ПК 2.3.	Оформлять результаты методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчетов
ПК 2.4.	Осуществлять исследовательскую и проектную деятельности в области физической культуры и спорта

**ПМ 03 «Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам по виду спорта с населением различных возрастных групп»**

**1. Результаты освоения программы учебной и производственной практики**

Результатом освоения программы учебной и производственной практики являются сформированные профессиональные компетенции

Код	Наименование профессиональной компетенции
ПК 3.1.	Определять цели и задачи, планировать и анализировать занятия с населением различных возрастных групп.
ПК 3.2.	Проводить занятия с населением различных возрастных групп.
ПК 3.3.	Осуществлять контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий.
ПК 3.4.	Осуществлять консультирование населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок.
ПК 3.5.	Вести первичную учётно-отчётную документацию, обеспечивающую проведение занятий.

## 2. Содержание учебной практики и производственной практики (по профилю специальности)

Учебная практика							Производственная практика (по профилю специальности)				
код ПК	Наименование ПК	Виды работ, обеспечивающих формирование ПК	Объем часов	Формат практики (распределительно/концентрированно) с указанием базы практики	Уровень освоения	Показатель освоения ПК	Виды работ, обеспечивающих формирование ПК	Объем часов	Уровень освоения	Формат практики (распределительно/концентрированно) с указанием базы практики	Показатели освоения ПК
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
ПК 1.1	Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу.	Составление план-конспектов физкультурно-спортивных занятий.	12	Спортивный зал			Проведение фрагмента физкультурно-спортивного занятия по составленному план-конспекту.	30	2	Распределительно-учебное	Фрагмент занятия проведен в точности с план-конспектом.



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
ПК 1.2	Организовывать и проводить мероприятия в сфере молодежной политики, включая досуг и отдых детей, подростков и молодежи, в том числе в специализированных (профильных) лагерях.	Составление плана мероприятий на месяц	1 2	Р а с с р е д о т о ч е н н о Учебный кабинет			Проведение подвижных игр по плану мероприятий	3 0	2	Р а с с р е д о т о ч е н н о , у ч е б н о е з а в е д е н и е, с п о р т и в н ы й з а л .	Досуг проведен в точности с планом мероприятий.
ПК 1.3	Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия.	Составление плана физкультурно - оздоровительных мероприятий.	1 2	Р а с с р е д о т о ч е н н о Учебный кабинет			Проведение лечебной физической культуры по плану. Физкультурно - оздоровительных мероприятий.	3 0	2	Р а с с р е д о т о ч е н н о , у ч	ЛФК проведен в точности с планом физкультурно - оздоровительных мероприятий.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
										е б н о е з а в е д е н и е, с п о р т и в н ы й з а л .	
П К 1.4	Организовывать деятельность волонтеров в области физической культуры и спорта.	Составление плана волонтерской деятельности в соответствии с планом спортивных мероприятий.	1 2	Учебный кабинет			Принятие участие в спортивных мероприятиях в качестве волонтера.	3 0	2	Р а с с р е д о т о ч е н о , м е с т о п р о в е д е н и я м е р о п р	Принято участие в спортивном мероприятии в качестве волонтера.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
										и я т и я.	
П К 1.5	Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.	Составление плана проведения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО».	1 2	Р а с с р е д о т о ч е н н о	Учебный кабинет		Подготовить площадки для проведения Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «ГТО»	3 0	2	Р а с с р е д о т о ч е н н о , л ё г к о а т л е т и ч е с к и й м а н е ж .	Проведена подготовка к проведению комплекса «ГТО».
П К 1.6	Проводить работу по предотвращению применения допинга.	Создание проекта на тему антидопинга.	1 2	Р а с с р е д о т о ч е н н о	Учебный кабинет		Представить свой проект по предотвращению применения допинга.	3 0	2	Р а с с р е д о т о ч е н н о ,	Подготовлена презентация, буклеты и сцены по теме предотвращения применения допинга.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
										а к т о в ы й з а л .	
П К 2.1	Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по физической культуре и спорту, физкультурно-спортивной работы.	Разработка рабочих программ и календарно-тематических планов.	18	К о н ц е н т р и р о в а н н о	Учебный кабинет		Проведение занятий по разработанным рабочим программам и календарно-тематическим планам.	54		Р а с с р е д о т о ч е н о , а к т о в ы й з а л .	Разработаны и проведены занятия по рабочим программам и календарно-тематическим планам.
П К 2.2	Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности специалистов в области физической культуры и	Посещение различных лекций и вебинаров в области физической культуры и спорта.	18	К о н ц е н т р и р о в а н н о	Учебный кабинет		Проведение лекций и вебинаров понравившимся темам.	54		Р а с с р е д о т о ч е н о , а к т о в	Систематизирована работа с аудиторией.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	спорта									Ы Й З А Л .	
ПК 2.3	Оформлять результаты методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчетов	Подготовка презентации и текста выступления для аудитории.	18	Р а с с р е д о т о ч е н н о	Учебный кабинет		Выступление для аудитории.	54		Р а с с р е д о т о ч е н н о , а к т о в ы й з а л .	Подготовлены методические материалы для выступления перед аудиторией.
ПК 2.4	Осуществлять исследовательскую и проектную деятельность в области физической культуры и спорта	Создать презентацию, буклеты, речь для выступления с проектом.	18	Р а с с р е д о т о ч е н н о	Учебный кабинет		Представление проекта для аудитории.	54		Р а с с р е д о т о ч е н н о , а к т о в ы й з а л	Подготовлены методические материалы и проект для выступления перед аудиторией.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
										.	
ПК 3.1	Определять цели и задачи, планировать и анализировать занятия с населением различных возрастных групп.	Разработать план конспект подготовительной части для различных возрастных групп	7	Учебный кабинет			Провести подготовительную часть занятия для занимающихся различных возрастных групп	36		Р а с с р е д о т о ч е н о , с п о р т и в н ы й з а л	Подготовительная часть проведена в точности с план конспектом
ПК 3.2	Проводить занятия с населением различных возрастных групп.	Разработать план конспект для различных возрастных групп	7	Учебный кабинет			Провести занятие для занимающихся различных возрастных групп	36		Р а с с р е д о т о ч е н о , с п о р т и в н ы й з а л	Занятие проведено в точности с план конспектом

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
ПК 3.3	Осуществлять контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий.	Разработать список ОМУ для контроля за двигательной активностью.	7	Учебный кабинет Р а с с р е д о т о ч е н н о			Провести пробы для отслеживания показателей до, во время и после физических нагрузок	36		Р а с с р е д о т о ч е н н о , с п о р т и в н ы й з а л	Осуществлен чёткий контроль за здоровьем занимающихся
ПК 3.4	Осуществлять консультирование населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок.	Создать сайт с рекомендациями и гайдами на тему физических нагрузок	7	Кабинет информатики Р а с с р е д о т о ч е н н о			Создать сайт с рекомендациями и гайдами на тему физических нагрузок	36		Р а с с р е д о т о ч е н н о , с п о р т и в н ы й з а л	Осуществлена работа над взаимодействием с населением.
П	Вести	Составление	8	Р	Спортивн		Проведение	3		Р	Учебно-трени-

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
К 3.5	первичную учётно- отчётную документаци ю, обеспечиваю щую проведение занятий.	план конспекта учебно- тренировочно го занятия.		а с с р е д о т о ч е н н о	ый зал		учебно- тренировочного занятия.	6		а с с р е д о т о ч е н н о с п о р т и в н ы й з а л	ровочное заня тие проведено в точности с план конспек том.

Учебная практика проводится в учебных лабораториях, учебно-производственных мастерских, на учебных полигонах, в учебных хозяйствах, на производственных предприятиях.

Производственная практика может быть организована на базе одного или нескольких производственных предприятий, организаций, учреждений, ресурсных центров профессионального образования (в рамках сетевого взаимодействия), учебно-производственных мастерских УПО (при наличии необходимого для формирования ПК оборудования). ПП проводится концентрировано.

Показатели освоения ПК прописываются в случае отсутствия производственной практики по ПМ.

### **III. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ И ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ (ПО ПРОФИЛЮ СПЕЦИАЛЬНОСТИ)**

Реализация программы учебной практики и производственной практики (по профилю специальности) предполагает наличие спортивного зала, учебного кабинета и кабинета информатики, оснащенного специальным оборудованием.

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- мультимедиапроектор;
- интерактивная доска.

Оборудование спортивного зала:

- Гимнастические маты;
- Высокая и низкая перекладина;
- Коврики для йоги;
- Степ-платформы;
- Мячи баскетбольные, футбольные, волейбольные, гандбольные.
- Стол для тенниса с ракетками и шаром;
- Скакалки;
- Гимнастические палки;
- Баскетбольные кольца;
- Волейбольная сетка;
- Гантели;
- Гири;
- Скамья для жима лёжа;
- Гриф 20кг;
- Гриф 10кг;
- Бины для грифа 2,5кг, 5кг, 10кг, 15кг, 20кг;
- Гимнастические брусья.