**Учебная практика «Зимний учебный сбор»**

**для специальности:**

1-03 02 01 Физическая культура со специализациями

**направления специализации:**

1-03 02 01 01 «Специальная подготовка»;

1-03 02 01 02 «Тренерская работа по виду спорта (гребля на байдарках и каноэ, гребля академическая, легкая атлетика);

1-03 02 01 03 «Физкультурно – оздоровительная и туристско – рекреационная деятельность»

**СОДЕРЖАНИЕ**2,3 курс

Учебная практика «Зимний учебный сбор» является частью образовательной подготовки студентов факультета физической культуры, формой организации учебного процесса; позволяет познакомиться с будущей профессиональной деятельностью; овладеть профессиональными умениями и навыками; организуется с учетом будущей специальности и специализации.

Практика выполняет адаптационную, обучающую, воспитывающую, развивающую, диагностическую функции.

Во время прохождения учебной практики студент может определиться, насколько правильно он выбрал для себя сферу деятельности, выяснить степень соотнесенности личностных качеств с будущей профессией.

*Целью учебной практики* «Зимний учебный сбор» является приобретение практических навыков организации, методики обучения, развития физических качеств, оздоровления в условиях зимнего учебного сбора с использованием содержания спортивно-педагогических дисциплин учебного плана («Лыжный спорт и методика преподавания»).

*Задачи учебной практики:*

- формирование у студентов основ техники классических способов передвижения на лыжах;

- обучение студентов профессиональным навыкам и умениям по подготовке лыжного инвентаря к занятиям, по организации учебно-тренировочных занятий;

- повышение уровня физической подготовленности студентов с использованием средств лыжного спорта.

*Для достижения цели и решения поставленных задач основными направлениями деятельности студента на практике являются*:

- непосредственное знакомство с системой организации учебно-воспитательной, физкультурно-оздоровительной работы в условиях зимнего учебного сбора;

- организация и проведение массовых физкультурных мероприятий и спортивных соревнований по лыжному спорту;

- выполнение функций членов судейских бригад на соревнованиях по лыжному спорту;

- проектирование и планирования учебно-тренировочного занятия по лыжному спорту;

- обеспечение уровня двигательной активности, соответствующей состоянию и потребностям занимающихся;

- использование занятий по лыжному спорту как средства восстановления и укрепления здоровья, приобщения к здоровому образу жизни.

В результате прохождения практики студенты должны закрепить и развитьпредусмотренные в образовательном стандарте Республике Беларусь (специальность 1-03 02 01 «Физическая культура»):

*академические компетенции* (АК): АК-1 - уметь применять базовые научно – теоретические знания для решения практических и теоретических задач; АК-2- владеть системным и сравнительным анализом; АК-3- владеть исследовательскими навыками; АК-4-уметь работать самостоятельно; АК-5 –обладать креативность; АК-6 - владеть междисциплинарным подходом при решении проблем;

*социально – личностные компетенции* (СЛК): СЛК-1-обладать качеством гражданственности; СЛК-2 – быть способным к социальному взаимодействию; СЛК-4 – владеть навыками здоровьесбережения; СЛК-6 – уметь работать в команде; СЛК-9 – уметь использовать в практической деятельности основы законодательства и правовые нормы; СЛК-11- проявлять инициативу, в том числе и в нестандартных ситуациях;

*профессиональные компетенции (ПК): -* ПК- 1-формировать физическую культуру личности; ПК -3 – воспитывать ответственность за результаты учебной деятельности; ПК-6- работать с научно – методической литературой; ПК-7- планировать, организовывать, корректировать процесс физического воспитания; ПК-8- проводить и контролировать различные формы занятий физическими упражнениями; ПК-13 – разрабатывать, проекты и оснащать места проведения занятий специальным оборудованием и инвентарем, использовать различные средства обучения и развития; ПК-15 – дифференцировать индивидуальную, спортивную подготовку; ПК-18 – контролировать и анализировать соревновательную деятельность; ПК-19 – судить соревнования и готовить судей по виду спорта; ПК-20 – обеспечить безопасность спортивной подготовки, осуществлять профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь; ПК-35 – нормировать и контролировать физическую нагрузку; ПК-36 – организовывать и проводить соревнования, спортивно – массовые и физкультурно - оздоровительные мероприятия.

 Основными *методами* (технологиями) обучения, адекватно отвечающими целям практики, являются:

 - частично-поисковый и исследовательский методы;

 - коммуникативные технологии, основанные на активных формах и методах обучения;

 - игровые технологии (деловые, ролевые, имитационные игры).

Зимний учебный сбор студентов 2 и 3 курсов проводится в течение учебного года в количестве 36 часов согласно утвержденному расписанию. Продолжительность практики для каждого курса – 1 неделя. Общая трудоемкость дисциплины составляет 1,5 зачетных единицы, 54 часа.

*Содержание**учебной практики* «Зимний учебный сбор» позволяет формировать дидактические, воспитательные и самообразовательные умения студентов; применять теоретические знания для анализа реального учебного процесса; формировать положительное отношение к педагогической деятельности.

Такой подход обеспечивает взаимосвязь между теоретическими знаниями и практическими умениями, реализуя тем самым принцип интеграции теоретического и практического компонентов общепедагогической подготовки студента. Реализация этого принципа является одним из важных направлений профессиональной подготовки будущего специалиста сферы физической культуры и спорта.

«Зимний сбор» (учебная практика) проводится в виде практических занятий, в ходе которых немаловажное значение имеет самостоятельная работа студентов (работа с методическими материалами в рамках дисциплины «Лыжный спорт и методика преподавания»; подготовка к проведению учебно-тренировочных занятий, массовых физкультурных мероприятий и спортивных соревнований по лыжному спорту, согласно индивидуальным заданиям).

В результате прохождения учебной практики по лыжному спорту студент должен:

*знать:*

- основы техники классических способов передвижения на лыжах;

- основные этапы, принципы, средства и методы обучения классическим способам передвижения на лыжах;

- факторы риска, нормы и правила безопасных организаций и проведения занятий и соревнований по лыжному спорту;

- вопросы материально-технического обеспечения учебно-тренировочного процесса в лыжном спорте;

- правила проведения соревнований по лыжному спорту;

- методику оздоровительных и физкультурно-спортивных занятий на лыжах с различными возрастными группами населения;

- особенности формирования двигательных навыков и развития физических качеств при занятиях лыжным спортом;

- энергосберегающие технологии, обеспечивающие сохранение и укрепление здоровья;

*уметь:*

- анализировать технику двигательных действий, определять причины ошибок, находить и корректно применять средства, методы и методические приемы их устранения;

- планировать и проводить мероприятия по предупреждению травматизма на занятиях лыжным спортом;

- технически правильно выполнять, объяснять и показывать программные упражнения;

- составлять документы планирования и контроля, работать с психолого-педагогической, методической, специальной литературой;

- проводить занятия по обучению, совершенствованию техники передвижения на лыжах с подбором специально-подготовительных упражнений и упражнений, направленных на исправление ошибок с учетом возраста и подготовленности занимающихся.

*владеть:*

- навыками практического выполнения упражнений, входящих в программу дисциплины «Лыжный спорт и методика преподавания »;

- навыками использования специальной терминологии, профессиональной речи и жестикуляции в процессе занятий, общения, воспитательной и консультационной работы;

- навыками первой помощи при травмах на занятиях лыжным спортом;

- рациональной организацией и проведением занятий и соревнований по лыжной подготовке в соответствии с содержанием программы «Зимний учебный сбор»;

- техникой судейства спортивных соревнований по лыжному спорту.

В структуре программы учебной практики «Зимний учебный сбор» выделены разделы: учебно - методическая работа студента-практиканта;учебно-практическая деятельность студента-практиканта, которые определяют конкретные задачи прохождения каждого этапа практики и отражают основные компоненты профессионально-педагогической деятельностибудущего специалиста сферы физической культуры и спорта:

*Учебно - методическая работа* *студента-практиканта включает следующие компоненты:*

1. Изучение основных документов планирования учебно-тренировочных занятий, массовых физкультурных мероприятий и спортивных соревнований по лыжному спорту, в рамках учебной практики «Зимний учебный сбор»;

2. Разработка необходимой документации планирования (протоколы соревнований, календарный план спортивно-массовых мероприятий, план конспекты учебно-тренировочных занятий, массовых физкультурных мероприятий и спортивных соревнований по лыжному спорту, подвижных игр, эстафет на лыжах);

3.Участие в обсуждении мероприятий, проводимых студентами-практикантами;

4. Подготовка мультимедийных презентаций по итогам практики.

*Оценка за проведение учебно - методической работы* *студента-практиканта состоит из следующих компонентов:*

1. Грамотное планирование, организация, корректировка учебно-тренировочных занятий, массовых физкультурных мероприятий, спортивных соревнований по лыжному спорту, подвижным играм, эстафетам на лыжах, проводимых студентом, в рамках прохождения учебной практики «Зимний учебный сбор»;

2. Методически правильное оформление конспекта: учебно-тренировочных занятий, массовых физкультурных мероприятий, спортивных соревнований по лыжному спорту, подвижных игр, эстафет на лыжах;

3. Умение использовать в практической деятельности основы законодательства и правовые нормы;

*Учебно-практическая деятельность* *студента-практиканта включает в себя следующие компоненты:*

1. Подготовка лыжного инвентаря, тренировочного круга для проведения занятий по лыжной подготовке, оснащение места для проведения занятий специальным оборудованием и инвентарем;

2. Проведение учебно-тренировочных занятий, спортивно-массовых мероприятий, соревнований, подвижных игр, эстафет на лыжах (согласно индивидуальным заданиям);

3. Организация в группе соревнований по лыжному спорту и их судейство (согласно индивидуальным заданиям);

4. Ремонт имеющегося лыжного инвентаря;

5.Оборудование информационного стенда для вывешивания результатов соревнований.

*Оценка за* *учебно-практическую деятельность состоит из следующих компонентов:*

1. Умение применять базовые научно – теоретические знания для решения практических и теоретических задач;

2. Умение работать в команде;

3. Методически грамотное и уверенное проведение учебно-тренировочных занятий, массовых физкультурных мероприятий и спортивных соревнований по лыжному спорту, подвижных игр, эстафет на лыжах (согласно индивидуального плана работы);

3. Методически грамотно проведенный самоанализ; анализ мероприятий, проведённых студентами группы.