

**Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Северо-Осетинский государственный университет
имени Коста Левановича Хетагурова»**



А.М. Дигурова
2019 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
«Организационная практика»**

Направление подготовки (специальность)

49.03.01 Физическая культура

Профиль подготовки «Спортивная тренировка»

Квалификация (степень) выпускника – бакалавр

Владикавказ 2019

Программа составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом по направлению 49.03.01 Физическая культура, утвержденным приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации 22 февраля 2018 г. № 121, учебным планом подготовки бакалавра по направлению 49.03.01 Физическая культура, утвержденным ученым советом ФГБОУ ВО «Северо-Осетинский государственный университет имени Коста Левановича Хетагурова» от 28.05.2019, протокол № 10.

Составитель: Старший преподаватель Козаев Р.Х.

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры спортивных игр и медико-биологических дисциплин (3 июля 2019 г., протокол № 12)

Зав. каф.  Хамикоев Феликс Георгиевич

Одобрена советом факультета физической культуры и спорта (5 июля 2019 г., протокол №6)

Председатель  Хамикоев Феликс Георгиевич

Трудоемкость практики

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы (108 ч) 2 недели.

1.Цели и задачи практики

Целью практики является:

- обеспечение применения и закрепления на практике теоретических знаний в процессе подготовки и проведения туристского похода;
- усовершенствовать необходимые физические качества, расширять диапазон двигательных навыков, повышать функциональные возможности организма с общей направленностью на оздоровление всех органов человека, используя для этого естественные природные условия;
- создание условий для приобретения обучающимися необходимого для осуществления профессиональной деятельности уровня знаний, умений, навыков, опыта профессиональной деятельности, развития у студентов личностных качеств и формирование общепрофессиональных компетенций, в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль «Физическая культура» и профессиональными стандартами, утвержденными приказами Минтруда и социальной защиты РФ:
- Профессиональный стандарт «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования (воспитатель, учитель)», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 18.10.2013 г. № 544н.

Задачи практики:

- 1.Закрепление теоретических знаний о правилах организации, проведения туристских путешествий, о технике и тактике их проведения;
- 2.Отработка техники движения в походе и преодоления естественных препятствий;
- 3.Отработка навыков чтения топографической карты и ориентирования на местности;
- 4.Приобретение навыков организации полевых ночлегов и бивачных работ;
- 5.Приобретение навыков работы со страховочным снаряжением;
- 6.Отработка навыков обеспечения безопасности и оказания первой медицинской помощи в походе;
- 7.Приобретение навыков участия, организации и проведения туристских походов, слетов и соревнований.

3.Место практики в структуре ОПОП бакалавриата Б2.В.01.(У)

Организационная практика. Практика по получению первичных профессиональных умений и навыков, в том числе первичных умений и навыков научно-исследовательской деятельности (турпоход), проводится для проверки и закрепления ранее изученных умений и навыков по туристской технике. Туристские полевые навыки необходимы студентам в походных условиях. Тесная связь прослеживается с топографией и ориентированию на местности. Проводятся занятия по туристской технике, а также по спортивному ориентированию.

4.Требования к результатам прохождения практики (компетенции обучающегося, формируемые в результате прохождения практики)

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование компетенций в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиль «Спортивная тренировка», к выполнению которых готовится обучающийся:

УК-8 Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.

ПК-1 Способен использовать основные положения и принципы педагогики, методы педагогического контроля и контроля качества обучения, актуальные дидактические технологии

В результате освоения практики обучающийся должен:

Знать: терминологию, предмет безопасности жизнедеятельности личности, общества и личности, общества и государства, источники, причины их возникновения, детерминизм опасностей (УК-8);

- методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций (УК-8);

- сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, поражающие факторы чрезвычайных ситуаций (УК-8);

- основные методы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, основные меры по ликвидации их последствий (УК-8);

технику безопасности и правила пожарной безопасности при проведении физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала (УК-8);

- применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры (ПК-1).

Уметь: - разрабатывать алгоритм безопасного поведения при опасных ситуациях природного техногенного и пр. характера;

- организовывать защитные мероприятия на спортивных объектах при возникновении чрезвычайных ситуаций (УК-8);

- организовывать физкультурно-спортивные мероприятия с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала (УК-8);

- оказывать первую помощь пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий;

- использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций (УК-8);

- соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий (УК-8);

- разрабатывать учебные программы занятий с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов (ПК-1).

Владеть: - использования основных средств индивидуальной и коллективной защиты для сохранения жизни и здоровья граждан (УК-8);

- планирования обеспечения безопасности в конкретных техногенных авариях и чрезвычайных ситуациях (УК-8);

- оказания первой помощи пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий, в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций (УК-8);

- использования методов защиты обучающихся на уроках физической культуры, при проведении учебно-тренировочных занятий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий (УК-8);

- организации физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала (УК-8);

-навыками планирования и проведения учебных занятий с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики вида спорта. (ПК-1)

Место и сроки проведения практики

Практика предусматривает проведение многодневного учебно-тренировочного похода в июле месяце, в течении 2-х недель, на территории заповедника в Дигорском ущелье.

Сведения о базах практик

№ п/п	Наименование организации/учреждения/предприятия	Реквизиты договора	Срок действия договора
1.	т/база «Дзинага»		
2.			

5. Структура и содержание практики

№ п/п	Разделы (этапы) практики	Виды работ на практике, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)	Форма текущего контроля
1	Вводная беседа. Задачи практики. Общая характеристика практики. Знакомство с методикой подготовки слета и похода, инструктаж по технике безопасности.	2 ч.	
2	Участие в туристском походе: организация походной группы, распределение обязанностей, планирование похода и дневных переходов, организация бивака.	32 ч. Применение приобретенных навыков в походе	
3	Участие в туристском походе: организация привалов, ориентирование на местности, чтение карты и работа с ней	32 ч. Применение приобретенных навыков в походе	
4	Участие в туристском походе: организация ночлегов, гигиена, самоконтроль, умение оказывать первую доврачебную помощь.	32 ч. Применение приобретенных навыков в походе	
5	Оформление отчета. Собеседование по материалам практики, зачет	10 ч.	
	ИТОГО	108	

6. Образовательные технологии

Содержание учебной практики

Вводная беседа о задачах практики, объектах изучения. Общая характеристика практики: планирование по дням и содержание работы по темам. Студенты знакомятся с методами и методикой подготовки похода.

Разделяются на рабочие группы и готовятся в поход под руководством ответственного за поход.

Участие в туристском походе: организация походной группы. Обязанности направляющего, замыкающего, темп и ритм движения. Организация бивака (выбор места, планировка лагеря, установка палаток, распределение обязанностей, дежурство на биваке). Разжигание костра. Приготовление пищи. Уборка бивака, свертывание лагеря. Оказание первой медицинской помощи.

Организация малых и обеденных привалов, чтение карты и работа с ней. Ориентирование на местности с помощью карты, компаса и местных предметов, способы определения точки стояния. Определение сторон горизонта по местным предметам, часам и солнцу. Движение по азимуту; особенности движения с картой компасом по лесистой местности. Восстановление ориентировки в случае ее потери; место руководителя группы или участника, ведущего группу по азимуту, обход препятствий.

Подведение итогов и обработка материалов проводится после возвращения из похода.

Группа оформляет и представляет отчет о совершенном походе в соответствии с требованиями, предъявляемыми маршрутно-квалификационной комиссией для отчетов о многодневных походах. После сдачи отчета производится разбор действий группы на маршруте, отмечаются ошибки.

Отчет о полевой практике включает краткое описание природных условий района практики, туристскую характеристику района практики. График движения группы и погодные условия. Техническое описание маршрута с фотографиями, картами и схемами. Заключение о совершенном походе.

7.Оценочные средства по итогам прохождения практики

Методика формирования результирующей оценки

Знания студентов оцениваются по 100-балльной системе:

более 56 баллов – «зачтено»;

менее 56 баллов – «не зачтено».

За выполнение заданий текущего и промежуточного контроля студент может набрать максимально 100 баллов: 60 баллов за промежуточный контроль и 40 баллов (текущий контроль) – активную работу на практических занятиях.

№	Вид работ	Отметка в баллах	
		min	mak
	Текущий контроль - 40 баллов		
1	Инструктаж по технике безопасности.	0	5
2	Организация походной группы, распределение обязанностей	0	1
3	Планирование похода и дневных переходов	0	2
4	Организация бивака (выбор места, установка палатки, место для костра и сушки вещей, хранение продуктов).	0	5
5	Организация малых привалов (выбор места для отдыха и приема пищи).	0	5
6	Ориентирование на местности (по компасу, по местным признакам, по небесным светилам).	0	5
7	Чтение карты и работа с ней (привязка к местным ориентирам, с помощью компаса).	0	5
8	Организация ночлегов (безопасность, дежурство, поддержание огня в костре).	0	5
9	Гигиена, самоконтроль (личная и общественная гигиена, место для	0	5

	принятия водных процедур, умение осуществлять самоконтроль и профилактику своего здоровья).		
10	Умение оказывать первую доврачебную помощь (при потертостях, при вывихах, при переломах, при ушибах, при солнечном и тепловом ударе, при кровотечениях и т.д.). Транспортировка пострадавших.	0	5
11	Техника движения по маршруту: по траве, по каменистой поверхности, вверх по склону, вниз по склону, вдоль склона, по осыпям, по маренам, по снегу, по льду и т.д.	0	5
12	Умение осуществлять страховку и само страховку: при водных преградах, при прохождении опасных участков маршрута.	0	5
13	Умение организовывать воздушную переправу: наведение переправы, использование основных и вспомогательных веревок, вязание узлов, работа с «карабинами» и другими туристскими принадлежностями.	0	5
14	Умение руководить группой.	0	2

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение практики

а) основная литература:

1. Вяткин Л.А. Туризм и спортивное ориентирование: учебное пособие для вузов / Л.А. Вяткин, Е.В. Сидорчук. — М.: Академия, 2013

2. Алексеева Н.П. Туризм: Учебное пособие. – М.: Флинта, 2012

б) дополнительная литература

3. Ганопольский В.И., Безносиков Е.Я. Туризм и спортивное ориентирование. Учебник для институтов и техникумов физической культуры. М.: Физкультура и спорт, 1987.

4. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физическая культура. Безопасность уроков, соревнований и походов. Методическое пособие. М.: НЦ ЭНАС, 2003.

5. Курилова В.И. Туризм. Учебное пособие для пединститутов. М.: Просвещение, 1988.

6. Вяткин Л.А. Туризм и спортивное ориентирование Учеб.пособ.для студ.вузов.- М.:Академия,200

7. Соколова М.В. История туризма. Учеб.пособ.для студ. вузов -М.:Академия,2004

8. Верба И. А. и др. Туризм в школе. М.: ФиС, 1983.

9. Организация бивака (выбор места, установка палатки, место для костра и сушки вещей, хранение продуктов) - <https://www.youtube.com/watch?v=8FjT6fWwR8g>

10. Ориентирование на местности (по компасу, по местным признакам, по небесным светилам) - <https://www.youtube.com/watch?v=39lG-HJpfwE>, <https://www.youtube.com/watch?v=39lG-HJpfwE>

11. Гигиена, самоконтроль (личная и общественная гигиена, место для принятия водных процедур, умение осуществлять самоконтроль и профилактику своего здоровья) - <https://www.youtube.com/watch?v=bdqHy24815A>

12. Умение оказывать первую доврачебную помощь (при потертостях, при вывихах, при переломах, при ушибах, при солнечном и тепловом ударе, при кровотечениях и т.д.). Транспортировка пострадавших. - <https://www.youtube.com/watch?v=pyuo6bMywIY>

13. Умение осуществлять страховку и само страховку (при водных преградах, при прохождении опасных участков маршрута) <https://www.youtube.com/watch?v=k8VO6RrYWoM>

в) Интернет-ресурсы

Обеспечен доступ к современным профессиональным базам данных, информационным справочным и поисковым системам (библиотека СОГУ):

- библиотеке e-library,

- электронной библиотеке диссертаций РГБ,

- университетской библиотеке online;
- собственным библиографическим базам данных;
- электронному каталогу,
- электронной картотеке газетно-журнальных статей,
- электронной картотеке авторефератов диссертаций.

Рекомендуемые интернет-адреса:

1. <http://www.medical-enc.ru/turizm/>
2. <http://refoteka.ru/r-164015.html>
3. <http://fizkult-ura.ru/sci/tourism/1>

9. Материально-техническое обеспечение практики

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного и семинарского типа № 9:

преподавательский стол, стул; столы и стулья для обучающихся – 38 посадочных места; интерактивная доска IQ Board; ПК преподавателя; колонки; кафедра; программное обеспечение: Windows 7 Professional; Office Standard 2010; Антивирусное программное обеспечение Kasperksy Total Security; Система поиска текстовых заимствований «Антиплагиат.ВУЗ»; Cisco Webex - Система проведения вебинаров.

Открытые плоскостные сооружения (Парк имени 50-летия ВЛКСМ - комсомольский парк)

*Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Северо-Осетинский государственный университет
имени Коста Левановича Хетагурова»*

ДНЕВНИК

Организационной практики (турпоход)

Студента 1 курса направления 49.03.01 Педагогическое образование

(Фамилия, имя, отчество)

Руководитель практики _____

Владикавказ

2020 г

СВЕДЕНИЯ

для студентов проходящих организационную практику (турпоход)

1. Ознакомительная практика по туризму студентов факультета физической культуры и спорта является органической частью учебного процесса. Прохождение учебной практики по туризму обязательно наравне с прохождением теоретических дисциплин учебного плана.

2. Ознакомительная практика по туризму проводится после окончания 1 курса в июле месяце, в течение 2-х недель. Практика проводится в 2 этапа. Первый предусматривает, проведение учебно-тренировочного похода, организацию и проведение соревнований по туризму. Второй этап включает подготовку и проведение многодневного туристского похода.

Первый этап (подготовка к походу) проводится в окрестностях г. Владикавказа. Второй – (турпоход) на территории заповедника в Дигорском ущелье.

3. В период прохождения практики процесс изучения дисциплины направлен на формирование компетенций в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиль «Спортивная тренировка», к выполнению которых готовится обучающийся:

:

- своевременно выполнять все требования руководителя группы, обеспечивая высокое качество выполняемых работ;
- выполнять свои обязанности порученные руководителем группы (заведующего хозяйством по питанию и снаряжению, летописца, хронометриста, медика, рем. мастера, фотографа, участника и т.д.), принять участие в соревнованиях;
- систематически вести дневник практики;
- соблюдать технику безопасности при проведении туристских походов;

За период практики студент должен: - сформировать умения, - углубить знания, - приобрести практические навыки.

УК-8 Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.

ПК-1 Способен использовать основные положения и принципы педагогики, методы педагогического контроля и контроля качества обучения, актуальные дидактические технологии

Студент должен

Знать:

терминологию, предмет безопасности жизнедеятельности личности, общества и личности, общества и государства, источники, причины их возникновения, детерминизм опасностей (УК-8);

- методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций (УК-8);

-сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, поражающие факторы чрезвычайных ситуаций (УК-8);

-основные методы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, основные меры по ликвидации их последствий (УК-8);

технику безопасности и правила пожарной безопасности при проведении физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала (УК-8);

- применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры (ПК-1).
- основы техники безопасности в туристском походе;
- правила и нормы бережного отношения к природе, историческому наследию и культурным традициям;
- правила планирования маршрута и подбора участников;
- должностные обязанности участников похода;
- правила составления меню, и распределения продуктов;
- основные способы преодоления препятствий;
- средства и методы контроля и регулирования нагрузки в походе;
- особенности функционирования организма при выполнении нагрузки в условиях похода.

Уметь:

- разрабатывать алгоритм безопасного поведения при опасных ситуациях природного техногенного и пр. характера;
- организовывать защитные мероприятия на спортивных объектах при возникновении чрезвычайных ситуаций (УК-8);
- организовывать физкультурно-спортивные мероприятия с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала (УК-8);
- оказывать первую помощь пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий;
- использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций (УК-8);
- соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий (УК-8);
- разрабатывать учебные программы занятий с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов (ПК-1).
- составлять меню, смету и план туристского похода;
- подбирать наиболее безопасные способы преодоления естественных препятствий, с учетом уровня подготовленности занимающихся;
- разводить костер и готовить пищу в полевых условиях с учетом правил и экологических требований;
- формировать положительное отношение занимающихся к природе и занятиям туризмом.

Владеть:

- использования основных средств индивидуальной и коллективной защиты для сохранения жизни и здоровья граждан (УК-8);
- планирования обеспечения безопасности в конкретных техногенных авариях и чрезвычайных ситуациях (УК-8);
- оказания первой помощи пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий, в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций (УК-8);
- использования методов защиты обучающихся на уроках физической культуры, при проведении учебно-тренировочных занятий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий (УК-8);
- организации физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала (УК-8);
- навыками планирования и проведения учебных занятий с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики вида спорта. (ПК-1)
- приемами помощи и страховки, а также приемами оказания первой медицинской помощи;

- навыками выполнять обязанности распределенные руководителем группы (заведующего хозяйством по питанию и снаряжению, летописца, хронометриста, медика, рем. мастера, фотографа, видео-оператора, участника и т.д.);
- техническими элементами преодоления естественных препятствий и движения через них;
- организаторскими способностями для проведения рекреационных, туристских мероприятий.

Руководитель практики

Индивидуальный план работы студента на практике.

Число	Вид работ	Кол-во час	Отметка о выполнении
	Инструктаж по технике безопасности.		
	Организация походной группы, распределение обязанностей		
	Планирование похода и дневных переходов		
	Организация бивака (выбор места, установка палатки, место для костра и сушки вещей, хранение продуктов).		
	Организация малых привалов (выбор места для отдыха и приема пищи).		
	Ориентирование на местности (по компасу, по местным признакам, по небесным светилам).		
	Чтение карты и работа с ней (привязка к местным ориентирам, с помощью компаса).		
	Организация ночлегов (безопасность, дежурство, поддержание огня в костре).		
	Гигиена, самоконтроль (личная и общественная гигиена, место для принятия водных процедур, умение осуществлять самоконтроль и профилактику своего здоровья).		
	Умение оказывать первую доврачебную помощь (при потертостях, при вывихах, при переломах, при ушибах, при солнечном и тепловом ударе, при кровотечениях и т.д.). Транспортировка пострадавших.		
	Техника движения по маршруту: по траве, по каменистой поверхности, вверх по склону, вниз по склону, вдоль склона, по осыпям, по маренам, по снегу, по льду и т.д.		
	Умение осуществлять страховку и самостраховку: при водных преградах, при прохождении опасных участков маршрута.		
	Умение организовывать воздушную переправу: наведение переправы, использование основных и вспомогательных веревок, вязание узлов, работа с «карабинами» и другими туристскими принадлежностями.		
	Умение руководить группой.		

Руководитель практики

Ежедневная запись о проделанной работе.

Число	Виды работ	Кол- во час	Примечание

В дневнике отображается: (распорядок дня в походе, краткое содержание выполняемых работ, выполнение обязанностей, самооценка, трудности, с которыми столкнулись при выполнении обязанностей, оценка своей физической подготовленности во время практики, трудности (психологические, физические, технические) связанные с выполнением учебных заданий, наиболее запоминающееся событие в ходе практики).

Отчет студента по практике.

Заключение руководителя практики.

11. Лист обновления/актуализации

Дополнения и изменения в учебной программе на 2020/2021 учебный год

Обновлен список литературы.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2020-2021 учебном году на заседании кафедры спортивных игр и медико-биологических дисциплин от 3 июля 2020 г., протокол № 11.

Зав. кафедрой



З.А. Гагиева

Программа одобрена на заседании Совета факультета физической культуры и спорта от 6 июля 2020 г., протокол № 6.

Председатель Совета факультета



Ф.Г. Хамикоев