

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН

ОТЧЕТ
ПО УЧЕБНОЙ ПРАКТИКЕ ПО ФОРМИРОВАНИЮ НАВЫКОВ
СОЦИАЛЬНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ

Студент ОФО:
гр.БФ3-25-1



подпись

Кувондигов А.Д.

Ф.И.О.

Руководитель практики
доцент



подпись

Чумаш В.В.

Ф.И.О.

Руководитель практики от предприятия:

Директор Муниципальное бюджетное
учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа олимпийского резерва
женских единоборств «Амазонки»



подпись

Фалеева О.А.

Ф.И.О.

(печать)

Владивосток 2026

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН

ЗАДАНИЕ

на учебную практику по формированию навыков социального взаимодействия

Студент: Кувондилов А.Д.

Группа: БФ3-25-1

1. Срок прохождения практики: 06.07.2026 - 18.07.2026 (приказ №1834а-а)
- 2.
3. Содержание практики:

Задание 1. Ознакомиться с правилами внутреннего распорядка организации, требованиями охраны труда и пожарной безопасности.

Задание 2. Осуществлять участие в проекте «За чистый университет» в соответствии с нормами времени, установленными в организации.

Задание 3. Принять участие в подготовке и/или реализации социально-значимых мероприятий, проектов организации в соответствии с её целями.

Задание 4. Принять участие в мероприятиях по профилактике распространения идеологии терроризма, национализма и экстремизма в установленном организацией порядке.

Задание 5. Оформить отчет и документы практики в печатном и электронном виде и представить на защиту в соответствии с требованиями организации и в установленные графиком практики сроки.

Дата выдачи задания: 06.07.2026 г

Руководитель практики
доцент



подпись

Чумаш В.В.

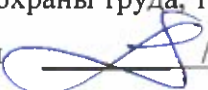
МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН

ЛИСТ СОЦИАЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

Студент: Кувондигов Аббосжон Дилшоджон угли
группа БФЗ-25-1

Кафедра спортивно-педагогических дисциплин

Руководитель практики доцент В.В. Чумаш

Инструктаж по ознакомлению с требованиями охраны труда, техники безопасности, противопожарной безопасности прошел  / О.А. Барабаш /
(подпись уполномоченного лица)

С правилами трудового распорядка ознакомлен(а)  / Кувондигов А.Д./
Подпись /Ф.И.О. (студента)

В период с 06 июля по 18 июля 2026 года в соответствии с графиком учебного процесса я проходил (а) учебную практику по формированию навыков социального взаимодействия. В качестве задания на практику мне были зачтены различные виды работ. Виды и сроки выполненных работ представлены ниже.

ГРАФИК (ПЛАН)

прохождения учебной практики по формированию навыков
социального взаимодействия

Студент: Кувондилов А.Д.

Группа: БФЗ-25-1

Сроки прохождения практики: 06.07.2026 г- 18.07.2026 г

Вид работы	Структурное подразделение/название проекта/мероприятия	Дата	Количество отработанных часов	Наличие случаев опозданий и/или несвоевременность выполнения заданий
1.1 Организационное собрание	Организационное собрание, кафедра спортивно-педагогических дисциплин	06.07.2026	2	отсутствуют
1.2 Инструктаж по технике безопасности	Организационное собрание, кафедра спортивно-педагогических дисциплин	06.06.2026	2	отсутствуют
2. Проект «За чистый университет»			48	отсутствуют
2.1 Поддержание и улучшение качества социальной среды университета (дежурство по университету)	Дежурство по университету, осенний семестр	30.11.2025	6	отсутствуют
	Дежурство по университету, весенний семестр	26.02.2026	6	отсутствуют
	Дежурство по университету, весенний семестр	23.04.2026	6	отсутствуют
2.2 Поддержание и улучшение качества социальной среды университета (работа по заявкам подразделений)	Участие в мероприятии по поддержанию и улучшению санитарного состояния помещений и безопасности территории университета (УСПТ)	07.07.2026	6	отсутствуют
	Участие в мероприятии по поддержанию и улучшению санитарного состояния помещений и	08.07.2026	6	отсутствуют

университета)	безопасности территории университета (УСПТ)			
	Участие в мероприятии по поддержанию и улучшению санитарного состояния помещений и безопасности территории университета (УСПТ)	09.07.2026	6	отсутствуют
	Участие в мероприятии по поддержанию и улучшению санитарного состояния помещений и безопасности территории университета (УСПТ)	10.07.2026	6	отсутствуют
	Участие в мероприятии по поддержанию и улучшению санитарного состояния помещений и безопасности территории университета (УСПТ)	11.07.2026	6	отсутствуют
3.Участие в мероприятиях по профилактике распространения идеологии терроризма, национализма, экстремизма	Дискуссия, после просмотра видеофильма по теме «Профилактика экстремизма»	06.07.2026	2	отсутствуют
4.Реализации социально-значимых мероприятий, проектов, в т. ч. участие в демонстрациях , митингах и др.	Знакомство с деятельностью Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа олимпийского резерва женских единоборств «Амазонка»	12.06.26	4	отсутствуют
	Проведение тестирования физического состояния учащихся Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Спортивная	12.06.26-13.06.26	8	отсутствуют

	школа олимпийского резерва женских единоборств «Амазонка»			
Подготовка и сдача отчета	Оформление отчётных документов практики, представление руководителю в соответствии с требованиями и установленным графиком практики сроками, защита отчета	06.07.26 18.07.26	4	отсутствуют
	Загрузить отчет в СУЭД ВВГУ	18.07.2026	2	отсутствуют
Итого			72	

4. Дата выдачи задания на практику: 06.07.2026 г

5. Срок сдачи студентом готового отчета: 18.07.2026 г

Руководитель  / Чумаш В.В. /

Задание принял(а)  / Кувондиков А.Д. /

Чек-лист «Проверь себя»

ФИО студента: Кувондигов Аббосжон Дилшоджон угли

Группа: БФ3-25

Уважаемый студент, оцените свои умения и навыки на практике:

№п/п	Вопросы	Да	Нет
1	Коммуникативные навыки: Были ли у вас конфликты в период прохождения практики с коллегами, с окружающими людьми?		✓
2	Принятие решений: В период прохождения практики вы принимали самостоятельные решения по вопросам, относящимся к сфере Ваших компетенций	✓	
3	Управление временем: Конструктивное использование рабочего дня: вы успеваете решить все операционные задачи в текущий день?	✓	
4	Организация / Планирование: Соответствуют запланированные результаты работы фактически достигнутым?	✓	
5	Пунктуальность: Имелись ли случаи несвоевременного выполнения поставленных задач в период прохождения практики?		✓
6	Качество работы: Соответствует ли выполнение работы стандартам и требованиям организации к ее выполнению	✓	

Первичный протокол тестирования уровня физической подготовленности

ПРОТОКОЛ 1

Тестирования уровня физической подготовленности учащихся МБОУ «СОШ №46 г. Владивостока»

Возрастная группа: 10-11 лет (девочки, мальчики 20 чел. испытуемых); 4Б класс

Тестирующий: студент группы БФЗ-25-1 Кувондилов А.Д

Дата тестирования 12.05.2026

№	Ф.И.О. учащегося	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за мин.)		Метание мяча весом 150г(м)		Прыжок в длину с места (см)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)		Средний УФП
		Показатель	УФП	Показатель	УФП	Показатель	УФП	Показатель	УФП	
1	Васина Ирина	27	Сред.	15	Сред.	140	Сред.	15	Выс.	Сред.
2	Власенко Василиса	38	Выс.	15	Сред.	141	Сред.	13	Выс.	Сред.
3	Голубев Родион	42	Сред.	28	Выс.	105	Низ.	20	Сред.	Сред.
4	Гужвинский Артём	37	Сред.	18	Низ.	120	Низ.	19	Сред.	Сред.
5	Гунцов Илья	44	Выс.	28	Выс.	105	Низ.	22	Выс.	Выс.
6	Зинин Дмитрий	47	Выс.	25	Сред.	120	Низ.	22	Выс.	Сред.
7	Исабекова Тахмина	25	Низ.	20	Выс.	131	Низ.	13	Выс.	Сред.
	Кадыров Махаммад-Али	31	Низ.	28	Выс.	125	Низ.	25	Выс.	Сред.
9	Кан Алиса	34	Сред.	15	Сред.	130	Низ.	7	Сред.	Сред.
10	Кассихин Артём	50	Выс.	18	Низ.	140	Низ.	22	Выс.	Сред.
11	Ким Алисия	33	Сред.	15	Сред.	135	Сред.	15	Выс.	Сред.
12	Кузьменко Лев	36	Сред.	28	Выс.	125	Низ.	22	Выс.	Сред.
13	Ниязова Майя	30	Сред.	20	Выс.	135	Сред.	14	Выс.	Сред.
14	Павлова Виолетта	40	Выс.	15	Сред.	130	Низ.	30	Выс.	Сред.
15	Роганова Варвара	31	Сред.	15	Сред.	130	Низ.	25	Выс.	Сред.
16	Серединев Марк	30	Низ.	18	Сред.	105	Низ.	13	сред	Сред.
17	Ситникова Анастасия	42	Выс.	20	Выс.	150	Сред.	14	Выс.	Выс.

18	Соболев Артём	37	Сред.	28	Выс.	165	Выс.	22	Выс.	Выс.
19	Султанов Михаил	17	Низ.	22	Сред.	110	Низ.	20	Сред.	Сред.
20	Турчин Кирилл	34	Сред.	28	Выс.	130	Низ.	17	Сред.	Сред.
Средний показатель / Средний УФП		35	Сред.	21	Сред.	129	Низ.	19,3	Выс.	Сред.

Таблица 1 – Показатель тестирования уровня физической подготовленности учащихся

ПРОТОКОЛ 2

Соотношение количества испытуемых относительно уровня физической подготовленности по видам испытаний

учащихся МБОУ «СОШ №46 г. Владивостока»

Возрастная группа: 10-11 лет девочки, мальчики 20 чел. испытуемых

Тестирующий: студент группы БФЗ-25-1 Кувондилов А.Д

Дата тестирования 12.05.2026

	Тестируемая физическая способность (тест)	Уровни физической подготовленности					
		Низкий		Средний		Высокий	
		Колич.	%	Колич.	%	Колич.	%
1	Скоростно-силовые способности (тест поднимание туловища из положения лежа на спине)	4	19	11	52,4	6	28,6
2	Скоростно-силовые способности (тест – прыжок в длину с места)	14	70	5	25	1	5
3	Силовая выносливость (тест – сгибание, разгибание рук в упоре лежа)	0	0	6	28,6	15	71,4
4	Скоростно-силовые способности (тест метание мяча)	2	10	8	40	10	50

Таблица 2- Соотношение количества испытуемых относительно уровня физической
подготовленности по видам испытаний

ПРОТОКОЛ 3

Общее соотношение количества испытуемых относительно уровня
физической подготовленности
учащихся МБОУ «СОШ №46 г. Владивостока»

Возрастная группа: 10-11 лет девочки, мальчики 20 чел. испытуемых

Тестирующий: студент группы БФЗ-25-1 Кувондилов А.Д

Дата тестирования 12.05.2026

Контингент испытуемых	Уровни физической подготовленности					
	Низкий		Средний		Высокий	
Мальчики	Колич.	%	Колич.	%	Колич.	%
10-11 лет	0	0	9	81,8	2	18,2
Девочки	0	0	9	90	1	10
10-11 лет						

Первичный протокол тестирования уровня физической подготовленности

ПРОТОКОЛ 1

Тестирования уровня физической подготовленности учащихся МБОУ «СОШ №46 г. Владивостока»

Возрастная группа: 11-12 лет (девочки, мальчики 18 чел. испытуемых) 5Б класс

Тестирующий: студент группы БФЗ-25-1 Кувондилов А.Д.

Дата тестирования 12.05.2026

№	Ф.И.О. учащегося	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за мин.)		Метание мяча весом 150г(м)		Прыжок в длину с места (см)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)		Средний УФП
		Показатель	УФП	Показатель	УФП	Показатель	УФП	Показатель	УФП	
1	Витютнев Александр	36	Низ.	18	Низ.	110	Низ.	16	Низ.	Низ.
2	Гулаков Филип	47	Выс.	34	Выс.	183	Выс.	22	Сред.	Выс.
3	Деревянко Евгения	56	Выс.	23	Выс.	152	Сред.	13	Сред.	Выс.
4	Инюшов Дмитрий	47	Выс.	27	Сред.	145	Низ.	29	Выс.	Сред.
5	Камзолова Лада	47	Выс.	23	Сред.	120	Низ.	22	Выс.	Выс.
6	Климнченко Данил	45	Выс.	34	Выс.	160	Сред.	29	Выс.	Выс.
7	Кокорин Александр	47	Выс.	34	Выс.	150	Низ.	23	Сред.	Сред.
8	Муродуллоева Фарзона	37	Сред.	23	Выс.	150	Сред.	15	Выс.	Сред.
9	Пак Иван	42	Сред.	15	Низ.	120	Низ.	30	Выс.	Сред.
10	Подолова Анастасия	39	Сред.	23	Выс.	160	Сред.	20	Выс.	Выс.
11	Попова Арина	43	Выс.	23	Выс.	142	Низ.	20	Выс.	Выс.
12	Прохорова Ренада	39	Сред.	15	Низ.	120	Низ.	24	Выс.	Сред.
13	Проц Валерия	26	Низ.	19	Сред.	110	Низ.	22	Выс.	Сред.
14	Садовой Максим	36	Низ.	12	Низ.	134	Низ.	22	Сред.	Низ.
15	Субботин Максим	37	Сред.	23	Низ.	115	Низ.	20	Сред.	Сред.
16	Ташпулатова Майрамжон	35	Сред.	21	Сред.	150	Сред.	13	Сред.	Сред.
17	Хайитов Эргашжон	35	Низ.	34	Выс.	110	Низ.	29	Выс.	Сред.

18	Шмаков Виктор	26	Низ.	27	Сред.	115	Низ.	23	Сред.	Сред.
Средний показатель / Средний УФП		42	Выс.	24	Выс.	136	Низ.	22	Выс.	Сред.

Таблица 1 – Показатель тестирования уровня физической подготовленности учащихся

ПРОТОКОЛ 2

Соотношение количества испытуемых относительно уровня физической подготовленности по видам испытаний

учащихся МБОУ «СОШ №46 г. Владивостока»

Возрастная группа: 10-11 лет девочки, мальчики 18 чел. испытуемых

Тестирующий: студент группы БФЗ-25-1 Кувондилов А.Д

Дата тестирования 12.05.2026

	Тестируемая физическая способность (тест)	Уровни физической подготовленности					
		Низкий		Средний		Высокий	
		Колич.	%	Колич.	%	Колич.	%
1	Скоростно-силовые способности (тест поднимание туловища из положения лежа на спине)	5	27,8	6	33,3	7	38,9
2	Скоростно-силовые способности (тест – прыжок в длину с места)	12	66,7	5	27,8	1	5,5
3	Силовая выносливость (тест – сгибание, разгибание рук в упоре лежа)	1	5,5	7	38,9	10	55,6
4	Скоростно-силовые способности (тест метание мяча)	15	27,8	4	22,2	9	50

Таблица 2- Соотношение количества испытуемых относительно уровня физической
подготовленности по видам испытаний

ПРОТОКОЛ 3

Общее соотношение количества испытуемых относительно уровня физической подготовленности учащихся МБОУ «СОШ №46 г. Владивостока»

Возрастная группа: *10-11 лет девочки, мальчики 18 чел. испытуемых*

Тестирующий: студент группы *БФЗ-25-1 Кувондилов А.Д*

Дата тестирования 12.05.2026

Контингент испытуемых	Уровни физической подготовленности					
	Низкий		Средний		Высокий	
Девочки	Колич.	%	Колич.	%	Колич.	%
11-12 лет	0	0	5	62,5	3	37,5
Мальчики	2	20	6	60	2	20
11-12 лет						

НАПРАВЛЕНИЕ НА УЧЕБНУЮ ПРАКТИКУ ПО ФОРМИРОВАНИЮ НАВЫКОВ СОЦИАЛЬНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ

Направляется в Студенческий городок

Количество необходимых часов практики: 30

Руководитель практики от кафедры: Чумаш Валерия Владимировна

Отметки о выполнении практики

[illegible]