

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПОВОЛЖСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

Факультет спорта



Проректор по учебной работе
Галимов А.М.
« 26 » 10 2020 г.

Рабочая программа практики

Учебная практика: тренерская

основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

*Направленность (профиль) подготовки
Спортивная подготовка в игровых видах спорта*

квалификация

Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения _____ очная _____

очная, заочная

Авторы программы: к.п.н., доцент Коновалова Л.А., к.п.н., доцент Воронин Д.Е.,
к.б.н., доцент Ботова Л.Н.

Программа обсуждена на заседании Совета факультета

« 26 » 10 2020 года Протокол № 3

Декан факультета

Заведующий
библиотекой

Начальник учебного
отдела

Бг /Бикмухаметов Р.К.
« 26 » 10 2020 г.

Ю /Зубкова Ю.О.
« 26 » 10 2020 г.

Р /Гильмутдинова Р.И.
« 26 » 10 2020 г.

Казань – 2020

1. ПРОХОЖДЕНИЕ ПРАКТИКИ НАПРАВЛЕНА НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

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

ОПК-1 - Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования с учетом положений теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологических, физиологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста

ОПК-7 - Способен формировать осознанное отношение к спортивной и физкультурной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом

ОПК-8 - Способен обеспечивать и осуществлять информационное, техническое и психологическое сопровождение соревновательной деятельности

ОПК-10 - Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма

РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОХОЖДЕНИЯ ПРАКТИКИ:

Индикаторы достижения	Соотнесенные профессиональные стандарты	Формируемые компетенции
<p>УК-1.2. Умеет анализировать и систематизировать, и синтезировать информацию, оценивать эффективность процедур анализа проблем и принятия решений в профессиональной деятельности</p> <p>УК-1.5. Владеет навыками поиска информации и практической работы с информационными источниками; владеет методами принятия решений</p>	<p>05.003 Профессиональный стандарт «Тренер»</p>	<p>УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач</p>
<p>ОПК-1.2. Умеет планировать процесс занятий физической культурой и спортом с занимающимися различного возраста и пола.</p> <p>ОПК-1.3. Владеет технологиями планирования занятий физической культурой и спортом с занимающимися.</p>		<p>ОПК-1. Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования с учетом положений теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологических, физиологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>
<p>ОПК-7.2. Умеет проводить мероприятия по формированию осознанного отношения спортсменов и обучающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни.</p>		<p>ОПК-7. Способен формировать осознанное отношение к спортивной и физкультурной деятельности, мотивационно-</p>

ОПК-7.3. Владеет методикой формирования осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.		ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом
ОПК-8.2. Умеет определять содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности. ОПК-8.3. Владеет технологией информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности.		ОПК-8. Способен обеспечивать и осуществлять информационное, техническое и психологическое сопровождение соревновательной деятельности
ОПК-10.2. Умеет обеспечивать технику безопасности. ОПК-10.3. Владеет навыками обеспечения безопасности и профилактики травматизма при проведении тренировочных занятий и физкультурно-спортивных мероприятий.		ОПК-10. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма

2. МЕСТО ПРАКТИКИ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Б2.О.02(У) Учебная практика: тренерская относится к базовой части образовательной программы. В соответствии с учебным планом практика проходит на 3 курсе по очной форме обучения в течение 2-х недель. Вид промежуточной аттестации: зачет с оценкой.

3. ОБЪЕМ ПРАКТИКИ

Название практики	Всего часов	семестры								
		1	2	3	4	5	6	7	8	
Выполнение индивидуальных заданий студентом	108					108				
Промежуточная аттестация (зачет с оценкой)						Зачет с оценкой				
Общая трудоемкость	часы	108				108				
	зачетные единицы	3				3				

4. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ

№	Содержание	Всего часов
1	Организационно-методический раздел	36
1.1	Участие в беседах с администрацией и медицинским персоналом спортивной организацией	2
1.2	Разработка индивидуального плана прохождения программы практики	4
1.3	Инструктаж по технике безопасности, пожарной безопасности, требованиям охраны труда и внутреннему трудовому распорядку	2

1.4	Участие в беседах с наставниками прикрепленной группы	2
1.5	Ознакомление с организацией тренировочного процесса в спортивной организации	2
1.6	Ознакомление со структурой спортивной организации	2
1.7	Посещение тренировочных занятий и сбор сведений о спортсменах прикрепленной группы	10
1.8	Ознакомление с планом физкультурно-массовых и спортивных мероприятий в спортивной организации	2
1.9	Ознакомление с планом восстановительных и оздоровительных мероприятий организации	2
1.10	Участие в методических занятиях бригады практикантов	4
1.11	Оформление отчета	4
2	Учебно-методический раздел	22
2.1	Изучение рабочего план-графика тренировок группы	6
2.2	Разработка план-конспектов и проведение фрагментов тренировочных занятий в качестве помощника тренера	16
3	Учебно-воспитательный раздел	10
3.1	Составление психолого-педагогической характеристики спортивной группы	4
3.3	Подготовка плана воспитательного мероприятия (в форме беседы)	6
4	Контрольно-аналитический раздел	36
4.1	Проведение педагогического наблюдения тренировочного занятия	6
4.2	Проведение хронометрирования и анализа плотности тренировочного занятия	6
4.3	Проведение пульсометрии и анализа распределения нагрузки на тренировочном занятии	4
4.4	Разработка комплекса контрольных упражнений для оценки физической подготовленности спортсменов	6
4.5	Проведение ежедневного самоанализа выполнения программы практики	10
4.6	Подготовка отчета по практике	4
5	Раздел внеурочной физкультурно-массовой и спортивной работы	4
5.1	Участие в разработке сценария физкультурного (спортивного) праздника	4
Всего часов/з.е.		108/3

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенции	Трудовые функции	Индикаторы достижения
УК-1 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации,	05.003 Профессиональный стандарт «Тренер» В/02.5 Планирование,	УК-1.2. Умеет анализировать и систематизировать, и синтезировать информацию, оценивать эффективность процедур анализа

<p>применять системный подход для решения поставленных задач</p>	<p>учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки В/03.5 Обучение занимающихся основам гигиены и самоконтроля, двигательным умениям и базовым знаниям научно-практического характера в соответствии с программой спортивной подготовки</p>	<p>проблем и принятия решений в профессиональной деятельности УК-1.5. Владеет навыками поиска информации и практической работы с информационными источниками; владеет методами принятия решений</p>
<p>ОПК-1. Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования с учетом положений теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологических, физиологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p>С/02.6Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)</p>	<p>ОПК-1.2. Умеет планировать процесс занятий физической культурой и спортом с занимающимися различного возраста и пола. ОПК-1.3. Владеет технологиями планирования занятий физической культурой и спортом с занимающимися.</p>
<p>ОПК-7. Способен формировать осознанное отношение к спортивной и физкультурной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом</p>	<p>С/03.6Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки С/04.6 Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</p>	<p>ОПК-7.2. Умеет проводить мероприятия по формированию осознанного отношения спортсменов и обучающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни. ОПК-7.3. Владеет методикой формирования осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.</p>
<p>ОПК-8. Способен обеспечивать и осуществлять информационное, техническое и психологическое сопровождение соревновательной деятельности</p>	<p>С/05.6 Подготовка занимающихся по основам медико-</p>	<p>ОПК-8.2. Умеет определять содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности. ОПК-8.3. Владеет технологией информационного технического, методического и психологического сопровождения соревновательной</p>

	биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки	деятельности.
ОПК-10. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма		ОПК-10.2. Умеет обеспечивать технику безопасности. ОПК-10.3. Владеет навыками обеспечения безопасности и профилактики травматизма при проведении тренировочных занятий и физкультурно-спортивных мероприятий.

ТИПОВЫЕ КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ:

1. Разработать индивидуальный план работы на весь период практики.
2. Подготовить рабочий план-график для прикрепленной спортивной группы на период практики.
3. Составить 2 план-конспекта и провести 2 фрагмента тренировочных занятий в качестве помощника тренера.
4. Составить комплекс контрольных упражнений для оценки физической подготовленности спортсменов.
5. Составить психолого-педагогическую характеристику спортивной группы.
6. Подготовить план воспитательного мероприятия со спортсменами (в форме беседы).
7. Провести педагогическое наблюдение и хронометрирование 1-го тренировочного занятия с анализом его эффективности.
8. Провести пульсометрию 1-го тренировочного занятия и подготовить протокол проведения.
9. Разработать сценарий физкультурно-спортивного мероприятия.
10. Подготовить отчетную документацию и презентацию о деятельности в период учебной практики (Приложения).

Критерии и шкала оценивания

Вид контроля	Форма аттестации	Оценочные средства	Критерии и шкала оценивания		
			пороговый уровень	средний уровень	повышенный уровень
			удовлетв.	хорошо	отлично
			51-65 баллов	66-85 баллов	86-100 баллов
Промежуточная аттестация	Зачет с оценкой	Отчетная документация	Посетить не менее 80% рабочих дней, предусмотренной программой практики. Отчетная доку-	Посетить не менее 80% рабочих дней, предусмотренной программой практики. Отчетная	Посетить не менее 80% рабочих дней, предусмотренной программой практики.

			<p>ментация в своем составе имеет все виды документов, но есть нарушения требований программы практики. Содержание документов соответствует нормативным документам, возрастным возможностям занимающихся, имеются нарушения терминологии и стиля изложения, решение профессиональных задач представлено в традиционных формах. Имеется отзыв с хорошей оценкой деятельности студента руководителями профильной организации, но документы сданы с нарушением сроков предоставления отчетной документации.</p>	<p>документация в своем составе имеет все виды документов заверенных методистом с указанием даты, соответствующей ее своевременности и сдачи документа, имеется отзыв с хорошей оценкой деятельности студента руководителям и профильной организации, документы оформлены аккуратно, в соответствии с требованиями программы практики и в необходимом количестве. Содержание документов соответствует нормативным документам, написано грамотным и терминологически выдержанным языком, отражает самостоятельный подход студента к решению профессиональных задач.</p>	<p>Отчетная документация в своем составе имеет все виды документов, заверенных методистом с указанием даты, соответствующей ее своевременности сдачи документа, имеется отзыв с отличной оценкой деятельности студента руководителями профильной организации, документы оформлены аккуратно, в соответствии с требованиями программы практики и в необходимом количестве. Содержание документов соответствует нормативным документам, возрастным возможностям занимающихся, написано грамотным и терминологически выдержанным языком, отражает самостоятельный и оригинальный</p>
--	--	--	--	--	---

					подход студента к решению профессиональных задач.
--	--	--	--	--	---

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

1. Разработать индивидуальный план работы на весь период практики.

Виды и содержание работ	Сроки работы	Дата выполнения	Форма отчетности
-------------------------	--------------	-----------------	------------------

Пороговый уровень	Повышенный уровень
Документ оформлен полностью, но с нарушением сроков и объема содержания практики	Документ оформлен в полном соответствии и своевременно

2. Подготовить рабочий план-графика для закрепленной группы на период практики.

Пороговый уровень	Повышенный уровень
Задание выполнено в соответствии с нормативными требованиями, но с нарушением установленных сроков	Задание выполнено в соответствии с нормативными требованиями, своевременно

3. Составить 2 план-конспекта и провести 2 фрагмента тренировочных занятий в качестве помощника тренера.

Пороговый уровень	Повышенный уровень
Часть тренировочного занятия проведена в соответствии с требованиями программы физического воспитания, но конспект оформлен с нарушением требований к оформлению и срока. При выполнении задания студент демонстрирует стандартный подход к технологии и методике преподавания, плохо владеет письменной и устной речью, нарушает специальную терминологию и понятийный аппарат, стиль общения не соответствует ситуации. Плохо знает возможности занимающихся, требования всестороннего и гармоничного развития личности, укрепления здоровья. Не осуществляет контроль результатов	Часть тренировочного занятия проведена в соответствии с требованиями программы физического воспитания, конспект оформлен аккуратно, вовремя. При выполнении задания студент демонстрирует самостоятельность, творческую активность, знание наиболее распространённых технологий и методик преподавания, владеет письменной и устной речью, грамотным языком специальной терминологией и понятийным аппаратом, адекватным стилем общения. Знает и реализует возможности занимающихся и специфику целей и задач учреждения, учитывает требования всестороннего и гармоничного развития личности занимающихся, укрепления их здоровья. Своевременно и объективно осуществляет предварительный, текущий, итоговый и оперативный контроль результатов педагогического процесса, применяет адекватные критерии оценивания, владеет

педагогического процесса, не корректирует действия занимающихся и методы педагогических воздействий.	способами внесения оперативной коррекции в действия занимающихся и методы педагогических воздействий.
--	---

План-конспект тренировочного занятия № _____
для группы _____

Дата проведения:

Место проведения:

Инвентарь:

Основные задачи:

Часть занятия	Средства	Дозировка	Организационно-методические указания

Пороговый уровень	Повышенный уровень
Документы планирования выполнены и представлены в день проведения занятий, форма и содержание плана соответствует нормативным документам, возможностям занимающихся, материально-техническим и прочим условиям и специфике учреждения. Задачи, средства и методические приемы недостаточно конкретны и информативны, есть ошибки в формулировках и описании заданий при применении специальной терминологии, задания однообразны, не рационально распределены по времени и назначению, не достаточно отражена организация и дозировка при выполнении упражнений. При проведении занятия студент демонстрирует низкую активность, и ответственность, не достаточно контролирует действия занимающихся по качественным и количественным критериям, имеет низкую двигательную подготовленность, стиль общения не всегда соответствует ситуации. Содержание плана и проведение занятия отражает не достаточную самостоятельность практиканта в методике преподавания.	Документы планирования выполнены заранее не менее чем за день проведения занятий и утверждены руководителем практики от образовательного учреждения, форма и содержание плана соответствует нормативным документам, возможностям занимающихся, материально-техническим и прочим условиям и специфике учреждения. Задачи, средства и методические приемы конкретны и адекватны, сформулированы и описаны грамотно и с учетом требований специальной терминологии, задания разнообразны, рационально распределены по времени и назначению, обеспечена целесообразная организация и дозировка при выполнении упражнений. При проведении занятия студент демонстрирует активность, ответственность, объективность, высокую двигательную подготовленность, адекватный стиль общения с занимающимися. Содержание плана и проведение занятия отражает индивидуальность, самостоятельность и творческий поиск практиканта в методике преподавания.

4. Составить комплекс контрольных упражнений для оценки физической подготовленности спортсменов.

Комплекс контрольных упражнений для оценки физической подготовленности
спортсменов группы

Инвентарь:

Задачи тестирования:

№	Оцениваемое физическое качество или способность	Контрольное упражнение	Нормативы для мальчиков/ юношей			Нормативы для девочек/ девушек		
			уровни			уровни		
			высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий

5. Составить психолого-педагогическую характеристику прикрепленной группы.

Пороговый уровень	Повышенный уровень
Документ составлен в соответствии с требованиями с небольшими замечаниями. В психолого-педагогической характеристике отражены стремление создать наиболее полную характеристику группы; умение анализировать положительные стороны своей педагогической практики и стремление создать наиболее полную характеристику группы.	Документ составлен в соответствии с требованиями. Содержание психолого-педагогической характеристики группы содержит собственные обобщающие выводы и рекомендаций по совершенствованию учебно-воспитательной работы с отдельными учащимися и ученическим коллективом. Включение в психолого-педагогическую характеристику группы оригинальных рассуждений, свидетельствующих о глубине понимания психологии ученического коллектива.

6. Подготовить план воспитательного мероприятия со спортсменами

Пороговый уровень	Повышенный уровень
Мероприятие раскрывает актуальные вопросы с учетом интересов и возможностей контингента, применяются репродуктивные методы.	Мероприятие раскрывает проблемные вопросы с учетом интересов и возможностей контингента, осуществляется активное взаимодействие с аудиторией, используются интерактивные методы.

7. Провести педагогическое наблюдение и хронометрирование 1-го тренировочного занятия с анализом его эффективности.

Пороговый уровень	Повышенный уровень
-------------------	--------------------

Дано полное описание в соответствии с заданием, но нарушена логика изложения, показано достаточное владение терминологией; допущены ошибки в осмыслении сущности и построении модели изучаемого явления, которые практикант затрудняется исправить самостоятельно, выводы и рекомендации обобщенные и не отражают авторский взгляд.	Дано полное, развернутое описание, показано свободное владение терминологией, демонстрируется умение выстраивать модели изучаемого явления, умение устанавливать причинно-следственные связи, выводы доказательны, рекомендации четко структурированы, демонстрирует авторскую позицию, изложены литературным языком.
---	---

8. Провести пульсометрию 1 тренировочного занятия и подготовить протокол проведения.

Пороговый уровень	Повышенный уровень
Дано полное описание в соответствии с заданием, но нарушена логика изложения, показано достаточное владение терминологией; допущены ошибки в осмыслении сущности и построении модели изучаемого явления, которые практикант затрудняется исправить самостоятельно, выводы и рекомендации обобщенные и не отражают авторский взгляд.	Дано полное, развернутое описание, показано свободное владение терминологией, демонстрируется умение выстраивать модели изучаемого явления, умение устанавливать причинно-следственные связи, выводы доказательны, рекомендации четко структурированы, демонстрирует авторскую позицию, изложены литературным языком.

9. Разработать сценарий физкультурно-спортивного мероприятия

Пороговый уровень	Повышенный уровень
Студент демонстрирует знание особенностей интересов в досуговой деятельности конкретного контингента, описывает стандартные методики.	Студент демонстрирует знание интересов конкретного контингента, осуществляет активный поиск оригинальных путей реализации задач.

10. Подготовить отчетную документацию и презентацию о деятельности в период учебной практики

Пороговый уровень	Повышенный уровень
Отчетная документация в своем составе имеет все виды документов, но с нарушением сроков, имеется отзыв с положительной оценкой деятельности студента руководителями образовательного учреждения, документы представлены в необходимом количестве, но есть нарушения требований программы практики. Содержание документов соответствует	Отчетная документация в своем составе имеет все виды документов, заверенных методистом с указанием даты, соответствующей своевременности сдачи документа, имеется отзыв с отличной оценкой деятельности студента руководителями образовательного учреждения, документы оформлены аккуратно, в соответствии с требованиями программы практики и в необходимом

<p>нормативным документам, возрастным возможностям занимающихся, имеются нарушения терминологии и стиля изложения, решение профессиональных задач представлено в традиционных формах. Документация сдана в течение двух недель после итоговой конференции.</p>	<p>количестве. Содержание документов соответствует нормативным документам, возрастным возможностям занимающихся, написано грамотным и терминологически выдержанным языком, отражает самостоятельный и оригинальный подход студента к решению профессиональных задач. Документация сдана в течение 3-х дней после итоговой конференции.</p>
--	--

ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимой для прохождения практики

6.1. Основная литература

1. Барчуков, И. С. Физическая культура: учебник / Под общ. ред. Н.Н. Маликова. – М.: Академия, 2011. – 528 с. – ISBN 978-5-7695-7744-4 : Текст: непосредственный.
2. Зотова, Ф.Р. Основы теории и методики физической культуры: практикум / Ф. Р. Зотова, С.В. Садыкова. – Казань : ООО "Олитех", 2019. – 84 с. – Текст: непосредственный.
3. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и её прикладные аспекты: учебник для вузов физической культуры / Л. П. Матвеев. – Москва : Советский спорт, 2010. – 340 с.– ISBN 978-5-9718-0433-8. –Текст: непосредственный.
4. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Подвижные игры: учебник / Под ред. Ю. М. Макарова. – Москва: Академия, 2014. – 272 с.– ISBN 978-5-7695-9142-6 – Текст: непосредственный.
5. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика: учебник / под ред. Е. С. Крючек, Р.Н. Терёхиной. – Москва : Академия, 2012. – 288 с. – (Бакалавриат). – ISBN978-5-7695-8027-7 –Текст: непосредственный.
6. Теория и методика обучения базовым видам спорта: легкая атлетика: учебник / Под ред. Г. В. Грецова и А. Б. Янковского. – Москва : ИЦ "Академия", 2014. – 288 с. – ISBN978-5-7695-1295-0 – Текст: непосредственный.
7. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Лыжный спорт : учебник / под ред. Г.А. Сергеева. – Москва : Академия, 2012. – 176 с. – (Бакалавриат).– ISBN978-5-7695-7252-4 – Текст: непосредственный.
6. Теория и методика физической культуры: учебник / Под ред. проф. Ю. Ф. Курамшина. – Москва : Советский спорт, 2010. – 464 с.– ISBN978-5-9718-0431-4 –Текст: непосредственный.
7. Теория и методика обучения предмету "Физическая культура" : учебное пособие / Под ред. Ю. Д. Железняка. – Москва : Академия, 2010. – 272 с. – ISBN 978-5-7695-6404-8 (9785769525438) –Текст: непосредственный.
8. Холодов, Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта : учебник / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – Москва : ИЦ "Академия", 2018. – 496 с.– ISBN 978-5-4468-7256-5 : Текст: непосредственный.
9. Чубатова, Г. В. Организация спортивно-зрелищных мероприятий: учебно–методическое пособие / Г. В. Чубатова. – Казань : Олитех, 2019. – 60 с.–

6.2. Дополнительная литература

1. Карпушин, Б. А. Педагогика физической культуры: учебник / Б. А. Карпушин. – Москва : Советский спорт, 2013. – 300 с. : ил. – ISBN 978-5-9718-0648-6 –Текст: непосредственный.
2. Карпушин, Б. А. Педагогика физической культуры: учебник / Б.А. Карпушин. – Москва : Советский спорт, 2013. – 300 с. – ISBN 978-5-9718-0648-6. – Текст : электронный // Электронно–библиотечная система «Лань» : [сайт]. – URL: <https://e.lanbook.com/book/69829> (дата обращения: 07.09.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Физическая культура. 1–11классы. Комплексная программа физического воспитания учащихся В.И. Ляха, А.А. Зданевича : / Авт-сост. А.Н. Каинов, Г.И. Курьерова. – Волгоград : Учитель, 2012. – 171 с.– ISBN 978-5-7057-2965-4 –Текст: непосредственный.
4. Менхин, Ю. В. Физическое воспитание: теория, методика, практика / Ю. В. Менхин. – Москва : СпортАкадемПресс, 2003. – 303 с.: ил. – ISBN 978-5-8134-0129-9 – Текст: непосредственный.
5. Общая педагогика физической культуры и спорта: учебное пособие / Э. Б. Кайнова. – Москва : ИНФРА–М, 2012. – 208 с. – ISBN 978-5-8199-0325-4 – Текст: непосредственный.

7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимых для прохождения практики

Сайты:

1. eLibrary.Ru : научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2000. – Текст: электронный. – URL: <https://elibrary.ru> (дата обращения 01.02.2019). – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.
2. Лань : электронно-библиотечная система / издательство Лань. – Санкт-Петербург, 2011. – Текст : электронный. – URL: <http://e.lanbook.com> (дата обращения: 01.03.2019). – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.
3. Юрайт : Электронно-библиотечная система : сайт. – Москва, 2013. –Текст: электронный. – URL: <https://urait.ru> (дата обращения: 08.03.2019). – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.
4. Электронный каталог ПГАФКСиТ. – Текст: электронный. – Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма: официальный сайт. – Казань, 2013. – URL: http://lib.sportacadem.ru/cgi-bin/irbis64r_plus/cgiirbis_64_ft.exe (дата обращения 17.05.2019). – Режим доступа для авторизированных пользователей ПГАФКСиТ.

8. Материально-техническое обеспечение базы практики

Учебная практика: тренерская практика проводится в спортивных организациях, имеющих достаточное материально-техническое оснащение в

соответствии с требованиями, правилами безопасности и санитарно-гигиеническими нормами (спортивные залы, площадки для проведения спортивных игр, стадион и другие необходимые помещения; спортивный инвентарь, вспомогательное оборудование, мультимедийные комплекты и пр.).

Организация практики обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, осуществляется в соответствии с частью 8 статьи 82, частями 19 и 20 статьи 83 и частью 9 статьи 84 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Практика для (далее – лица с ОВЗ) проводится с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

Выбор мест прохождения практик для студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ производится с учетом требований их доступности для данных обучающихся и рекомендации медико-социальной экспертизы, а также индивидуальной программе реабилитации инвалида. Формы проведения практики для инвалидов и лиц с ОВЗ устанавливаются с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

При направлении инвалида в организацию для прохождения предусмотренной учебным планом практики Академия согласовывает с организацией условия и виды труда с учетом рекомендаций медико-социальной экспертизы и индивидуальной программы реабилитации инвалида. При необходимости для прохождения практик могут создаваться специальные рабочие места в соответствии с характером нарушений, а также с учетом профессионального вида деятельности и характера труда, выполняемых студентом-инвалидом трудовых функций.

Для организации самостоятельной работы студентам предоставляется электронный читальный зал и читальный зал библиотеки:

- абонемент 269,28 кв. м.: персональный компьютер ICL RAY – 4 шт., доступ к Интернет, МФУ Xerox Phaser 3320, МФУ Xerox PS Fax, МФУ HP Laserjet V1530 MFP;

- электронный читальный зал 108 кв. м.: интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, МФУ Xerox Phaser 3320 XPS – для сотрудника электронного читального зала и 29 шт. персональных компьютеров ICL RAY – для читателей, доступ к Интернет ресурсам;

- читальный зал 1130,42 кв. м: Инфомат ЭСБУС, 88 посадочных мест для читателей.

Обучающиеся инвалиды и лица с ОВЗ обеспечиваются печатными и электронными образовательными ресурсами (программы, учебники, учебные пособия, материалы для самостоятельной работы и т.д.) в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации: для лиц с нарушениями зрения: в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме электронного документа, в форме аудиофайла, в печатной форме на языке Брайля; для лиц с нарушениями слуха: в печатной форме, в форме электронного документа; для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в печатной форме, в форме электронного документа, в форме аудиофайла.

Программу составили:

к.п.н., доцент Коновалова Л.А. _____

к.б.н., Ботова Л.Н. _____

к.п.н. Вельдяев С.В. _____

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПОВОЛЖСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

Факультет спорта

Кафедра _____

Направление подготовки: 49.03.04 Спорт
Направленность (профиль) подготовки:
Спортивная подготовка в ациклических видах спорта

Отчетная документация
по итогам прохождения учебной практики:
тренерской
с « _____ » _____ по « _____ » _____ 20__ года

Выполнил:
студент (ка) __ курса, очной формы
обучения, _____ группы,

(подпись) (ФИО)
« _____ » _____ 20__ г.

Проверил: методист

(подпись) (ФИО)
Рекомендуемая оценка: _____
« _____ » _____ 20__ г.

Казань – 20__

ХАРАКТЕРИСТИКА СПОРТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Название спортивной организации _____

Адрес _____

_____ телефон _____

ФИО руководителя

ФИО тренера

Количество групп

Материально-техническая база (спортивные залы, площадки, инвентарь и т.п.)

УТВЕРЖДАЮ

Методист _____ / _____

**Индивидуальный план
Учебной практики**

студента(ки) Ф.И.О. _____

Дата проведения	Содержание мероприятий	Выполнено (+) / не выполнено (-)	Подпись
	Участие в установочной конференции		
	...		
	Подготовка и оформление отчетной документации по практике		
	Участие в итоговой конференции		

Дата « ____ » _____ :

Подпись:

Примечание: в плане отражать все мероприятия проводимые студентом в период практики.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ

Тренировочное занятие в _____ группе

Проводил _____

Дата проведения _____ Место _____

В группе по списку _____ Присутствовало _____ Занималось _____

Задачи:

№	Критерии оценки	Оценка
1.	Грамотность и корректность формулирования конкретных задач занятия и последовательность их решения	
2.	Соответствие предлагаемого содержания занятия поставленным задачам рабочему плану, подготовленности занимающихся и условиям его проведения	
3.	Соблюдение структуры занятия и ее обоснованность по времени и содержанию материала	
4.	Обоснованность предлагаемых упражнений, дозировка нагрузки и ее динамика на занятии	
5.	Подготовка мест занятий, инвентаря, учебных пособий	
6.	Рациональное использование оборудования и инвентаря	
7.	Обеспечение занятости всех учащихся путем гибкого применения фронтального, группового, индивидуального, поточного, кругового способов организации	
8.	Целесообразность и обоснованность примененных способов построений, перестроений, раздачи инвентаря, уборки мест занятий и т.д.	
9.	Обеспечение мер безопасности при выполнении физических упражнений, оказание страховки и помощи	
10.	Умение дозировать нагрузку на занятии с учетом подготовленности, пола, возраста, психического состояния занимающихся и т.д.	
11.	Обоснованность применения методов обучения двигательным действиям, а также умение выявлять и исправлять ошибки в технике движений	
12.	Обоснованность применения адекватных методов воспитания физических качеств и обеспечения методов наглядности (показ упражнений, демонстрация наглядных пособий, использование ориентиров и др.)	
13.	Отношение занимающихся к занятию, степень их активности и ответственности в работе, эмоциональное состояние и интерес к занятию	
14.	Атмосфера взаимоотношений в группе, в том числе отношение к тренеру и его авторитет	
15.	Соблюдение учащимися дисциплины на занятии, их реакция на замечания тренера	
16.	Умение держаться перед занимающимися, управлять их вниманием, устанавливать с ними рабочий контакт и взаимопонимание	
17.	Умение держать в поле зрения всех занимающихся и осуществлять контроль за качеством выполнения своих заданий	
18.	Требовательность, настойчивость, выдержка, воля, самообладание в разных ситуациях	
19.	Правильный выбор места при проведении разных фрагментов занятия	
20.	Соблюдение педагогического такта и тона в обращении с занимающимися	

Протокол
определения пульсометрии

Ф.И.О. _____

Вид спорта _____

Занятие проводилось на базе: _____

Дата проведения занятия: _____

Задачи занятия:

1. _____

2. _____

3. _____

Организация _____ занятия:

Содержание занятия: _____

Определением нагрузки по ЧСС по частям занятий

Замечания:

Студент _____

Ф.И.О.

подпись

Тренер _____

Ф.И.О.

подпись

Методист _____

Ф.И.О.

подпись

ПРОТОКОЛ

Измерения частоты сердечных сокращений на тренировочном занятии
в группе начальной подготовки ____ года обучения «_____»
название организации

Дата: «___» _____ 20__ г.

Задачи:

1. Обучить технике бокового равновесия в шпагат с помощью руки.
2. Совершенствовать технику равновесия «Аттитюд».
3. Развить гибкость в тазобедренном суставе.

Время занятия: _____

В группе по списку: __

Присутствовало: _____

Занималось: _____

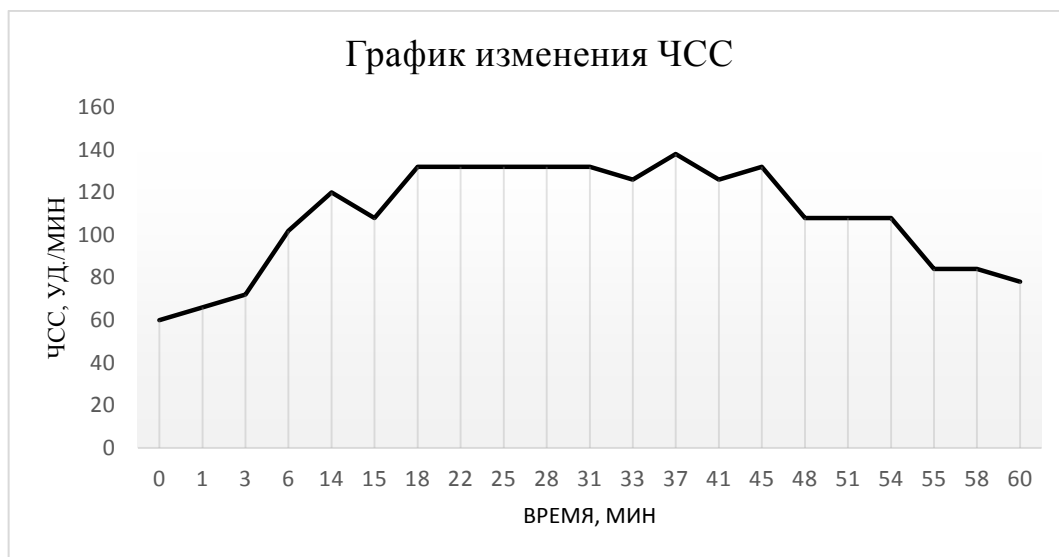
Наблюдение проводились за: _____

Пульс у ребенка в покое: _____

Вид деятельности, предшествующий измерению ЧСС	Время подсчета пульса от начала занятия	ЧСС за 10 секунд	ЧСС за 1 минуту	Примечание
При входе в зал	00:00	10	60	
Построение	00:10	11	66	Возбуждение перед предстоящей деятельностью
Ходьба: - на носках - на пятках - перекатный шаг - по I позиции	05:00	12	72	Нагрузка малой интенсивности
ОРУ	10:00	20	120	Разминка проводилась в движении
Объяснение и показ тренером техники	15:00	18	108	Пассивный отдых
Равновесие у гимнастической стенки на полной стопе с правой и левой	20:00	22	132	Тренировочная нагрузка
Равновесие на полной стопе с правой и левой	25:00	22	132	
Равновесие на носке с правой и левой	30:00	22	132	
Равновесие «Аттитюд»	35:00	21	126	Относительное снижение нагрузки
Поворот «Пассе»,	40:00	21	126	Относительное

затем равновесие				снижение нагрузки
Контроль равновесия на оценку	45:00	22	132	Волнение
Шпагат на левую с гимнастической скамейки	50:00	18	108	
Построение	55:00	14	84	Снижение нагрузки, отсутствие физических упражнений
Коллективный выход в раздевалку	60:00	13	78	

ПУЛЬСОГРАММА



Вывод. В состоянии покоя показатель пульса ребёнка был в пределах нормы (60 уд./мин), что говорит об отсутствии отклонений. В подготовительной части занятия пульс повышался адекватно нагрузке, необходимой для разогревания организма и подготовки его к решению задач занятия (102-120 уд./мин). В основной части занятия показатель пульса достиг максимального показателя, а именно, 138 уд./мин. Данный показатель характеризует порог тренировочной нагрузки средней интенсивности и, соответственно, эффективность её применения. В заключительной части пульс постепенно снижался, и к концу занятия показатель ЧСС (78 уд./мин) практически приблизился к физиологическим показателям, которые наблюдались вначале. *Исходя из динамики изменения ЧСС, работа на занятии велась в зоне умеренной мощности.*

Студент

Ф.И.О.

подпись

Тренер

Ф.И.О.

подпись

Методист

Ф.И.О.

подпись

ПРОТОКОЛ ХРОНОМЕТРИРОВАНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ
№ 2

в группе начальной подготовки ____ года обучения «_____»
название организации

Дата: «_____» _____ 20__ г.

Место проведения: зал художественной гимнастики

Занятие проводил: Самойлова Е.А.

Задачи занятия:

1. Обучить боковому равновесию в шпагат с помощью руки.
2. Совершенствовать равновесие «Аттитюд».
3. Развить гибкость в тазобедренном суставе.

Время занятия: 60 минут

В группе по списку: 20

Присутствовало: 16

Занималось: 16

Наблюдение проводились за: Афлетоновой Ясминой

Хронометрирование проводила: Муртищева С.М.

Части и УТЗ	Виды деятельности	Показате ли секундом ера	Обьясне ние и показ (ОиП)	Выполне ние упражнен ий (Р)	Вспомог ательны е действи я (ВД)	Отд ых (О)	Прост ой (П)
I. Под г част ь	1. Построение	00'00"					
	2. Сообщение задач	30"	1'				
	3. Расчет по порядку	1'30"			30"		
	4. Ходьба на носках	2'00"		1'			
	5. Мягкий шаг	3'00"		30"			
	6. Ходьба на пятках	3'30"		30"			
	7. Ходьба в полуприседе	4'		30"			
	8. Ходьба с наклоном	4'30"		30"			
	9. Бег	5'		3'			
	10. Бег по заданию	8'		2'			
	11. Ходьба на носках	10'		1'			
	12. Перестроение	11'			1'		
	13. ОРУ на месте:						
	14. Объяснение	12'	15"				
	15. Выполнение	12'15"			39"		

	16. Объяснение	12'54''	8''				
	17. Выполнение	13'02''		34''			
	18. Объяснение	13'36''	14''				
	19. Выполнение	13'50''		1'20''			
	20. Объяснение	14'10''	22''				
	21. Выполнение	14'32''		1'45''			
	22. Отдых	16'17''				23''	
II. Основная часть	23. Объяснение и показ равновесия	16'40''	12''				
	24. Выполнение равновесия	16'52''		4'			
	25. Указание ошибок	20'52''	15''				
	26. Выполнение равновесия	21'07''		4'			
	27. Объяснение и показ	25'07''	13''				
	28. Выполнение равновесия	25'20''		2'			
	29. Указание ошибок	27'20''	14''				
	30. Выполнение равновесия	27'34''		3'			
	31. Отдых	30'34''				30''	
	31. Объяснение и показ равновесия	31'04''	10''				
	32. Выполнение равновесия	31'14''		4'			
	33. Указание ошибок	35'14''	11''				
	34. Выполнение равновесия	35'35''		3'			
	35. Объяснение и	38'35''	13''				

	показ						
	36. Выполнение равновесия	38'48"		3'			
	37. Объяснение и показ	41'48"	12"				
	38. Выполнение равновесия	42'00"		3'			
	39. Подготовка к шпагатам с гимнастической скамейки	43'00"			1'30"		30"
	40. Выполнение шпагата с правой	45'00"		3'			
	41. Подготовка к шпагату с левой	48'00"			30"		
	42. Выполнение шпагата с левой	48'30"		3'			
	43. Подготовка к попереч. шпагату	51'30"			23"		
	44. Попереч. шпагат	51' 53"		3'			
	45. Уборка инвентаря	54'53"			33"		
Ш. Закл . част ь	46. Построение	55'26"			20"		10"
	47. Подведение итогов	55'56"			45"		
	48. Выставление оценок	56'41"			1'30"		
	49. Уход из зала	58'11"					1'49"
			3'39" (219")	48'18" (2898")	7'01" (421")	53"	2'29" (49")

АНАЛИЗ ПЛОТНОСТИ УТЗ

Общая и моторная плотность занятия

1. $ОМП = ((ОиП + Р + ВД + О) \div t \text{ занятия}) * 100\% = (3591'' \div 3600'') * 100 = 98,4 \%$
(с учётом простоя занятия)

2. $МП = (Р \div t \text{ занятия}) * 100\% = (2898'' \div 3600'') * 100\% = 80,5 \%$

Вывод.

Общая моторная плотность занятия – 98,4 %, что является отличным показателем рационально затраченного времени занятия, умения тренера организовать тренировочный процесс, однако, не обошлось без нерационально затраченного времени, а именно, простоя. Это связано с неумением гимнасток оперативно осуществлять перестроение.

Моторная плотность занятия – 80,5 %. Она является достаточным показателем для обучения новому упражнению, для совершенствования ранее изученного и для развития определенного физического качества.

Начало тренировки было организовано, воспитанницы пришли в зал без опоздания, заранее. Разминка в подготовительной части занятия прошла достаточно организованно, без простоя. При проведении общеразвивающих упражнений тренер сначала объяснял и показывал упражнения, затем воспитанницы их выполняли. Общая продолжительность подготовительной части – 16 минут 17 секунд, немного превышает допустимое время на 1 минуту 17 секунд, в связи с тем, что девочки долго выполняли перестроение.

В основной части занятия было обучение технике равновесия. Тренер объясняла и показывала его, затем проверяла правильность техники исполнения, указывая ошибки. После этого был сделан небольшой 23-секундный пассивный отдых в виде наклона вперед. Следующим заданием было совершенствование другого равновесия. Работа выполнялась аналогично предыдущей. Отдых после выполнения составил 30 секунд. После этого потребовалась подготовка инвентаря, а именно, гимнастической скамейки и наколенников, для развития гибкости в тазобедренном суставе посредством шпагатов. Организация оборудования не была продолжительной, но простой составил 30 секунд, так как гимнастки долго готовились к шпагату со скамейки. После растяжки потребовалась уборка инвентаря.

В заключительной части занятия было осуществлено построение, простой составил 10 секунд в связи с тем, что девочки долго становились в шеренгу. Были подведены итоги и выставлены оценки. Затем был осуществлен коллективный уход из зала.

Студент

Ф.И.О.

подпись

Тренер

Ф.И.О.

подпись

Методист

Ф.И.О.

подпись

Схема

изучения и составления психологической характеристики спортивной группы (команды)

1. Общие сведения о спортивной группе (команде):
 - вид спорта: _____
 - возраст занимающихся: _____
 - пол занимающихся: _____
 - дата создания спортивного группы (команды): _____
2. Руководство коллективом спортивной группы:
 - тренер-преподаватель имеет авторитет: да/нет
 - тренер-преподаватель: требовательный, но отзывчивый человек
 - стиль управления тренером-преподавателем тренировочным процессом (демократичный или авторитарный): _____
 - отношения между тренером и ребятами: на _____ уровне
3. Взаимоотношения в спортивной группе (команде):
 - эмоциональный фон в спортивной группе (команде): _____
 - спортивный коллектив (команда): дружный/не дружный
 - спортивный коллектив (команда): общаются между собой/не общаются между собой
 - в спортивной группе (команде) есть/нет неформальные лидеры
 - в спортивной группе (команде) есть/нет отдельные группировки
4. Коллективная деятельность спортивной группы (команды):
 - коллектив спортивной группы (команды) учувствует/не участвует во всех мероприятиях спортивного характера (соревнования, праздниках и пр.): _____
 - характер и степень выраженности спортивных, эстетических и других интересов спортсменов (перечислить): _____
5. Характер взаимоотношений между участниками учебно-тренировочного процесса (нужное подчеркнуть):

- уважительно-тактичное	- заинтересованно-выделяющее
- справедливо-требовательное	- доброжелательно-понимающее
- дружески-шутливое	- категорически-подчиняющее
- нейтрально-безразличное	- высокомерно-надменное
- необъективно-заниженное	- предвзято-завышенное
- агрессивно-недоброжелательное	
6. Характер отношений между тренером и занимающимися (нужное подчеркнуть):
 - по направленности (положительные, нейтральные (неопределенные), отрицательные);
 - по устойчивости (стабильные, неопределенные, неустойчивые):
 - по активности (эмоциональная реакция, практическое действие, общественно-значимый поступок, творческая деятельность).
6. Заключение. Оценка организованности спортсменов и характера межличностных отношений спортсменов на _____ уровне. В спортивной группе (команде) все любят свой вид спорта. Дружат между собой, общаются не только на тренировках, но и после окончания. Занимающиеся спортивной группы (команды) стараются поддерживать друг друга на соревнованиях, на тренировках и в сложных жизненных ситуациях. Данная спортивная группа (команда) дружная/не дружная.

Студент _____

Ф.И.О. _____ подпись

Тренер _____

Ф.И.О. _____ подпись

Методист _____

Ф.И.О. _____ подпись

УТВЕРЖДАЮ

Методист _____ / _____

СЦЕНАРИЙ ФИЗКУЛЬТУРНО–СПОРТИВНОГО МЕРОПРИЯТИЯ

(название мероприятия)

ЦЕЛЬ

ЗАДАЧИ

СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

УЧАСТНИКИ

ИНВЕНТАРЬ

ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ

(название мероприятия)

ДНЕВНИК ПРАКТИКАНТА

Дата записи	Содержание проведенной работы, педагогических наблюдений: анализ, выводы, замечания студента

ХАРАКТЕРИСТИКА

на студента(ки) _____ курса _____ группы факультета спорта _____

 (Ф.И.О.)

Студент(ка) _____ проходил(а) практику

 (место прохождения практики)
 в период с _____ по _____ 20__ года.

За период учебной практики студент(ка) показал(а) себя

(оценка отношения к практике, уровень теоретической и практической подготовленности, своевременность выполнения заданий и поручений, аккуратность в ведении документации, активность в работе, инициативность, дисциплинированность).

По итогам прохождения учебной практики у студента сформированы/ частично сформированы / не сформированы (нужное подчеркнуть) требуемые общепрофессиональных, общекультурных и профессиональных компетенций для реализации профессиональной деятельности.

Оценка за практику _____

 цифра/прописью

Ознакомлен с оценкой за практику _____

 Ф.И. студента _____ подпись _____

Тренер _____

 Ф.И.О. _____ подпись _____

Директор _____

 Ф.И.О. _____ подпись _____

м.п. «__» _____ 20__ г.

Характеристика пишется в свободной форме, здесь указана лишь структура данного документа. Обязательно в характеристике должна стоять оценка за практику, дата ее выдачи, заверенная подписью директора школы и печатью школы.