

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

Факультет спорта

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе

Галимов А.М.

«25» октября 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 циклических видах спорта*

квалификация

*Тренер по виду спорта. Преподаватель*

Форма обучения очная  
очная, заочная

Автор (ы) программы: к.б.н., доцент Павлов С.Н., к.п.н., доцент Галиев Р.Р., к.п.н.,  
доцент Шатунов Д.А.

Программа обсуждена (или утверждена) на заседании Совета факультета


«26» 10 2020 года, протокол № 3

Декан факультета

Заведующий  
библиотекой

Начальник учебного  
отдела

 /Бикмухаметов Р.К.  
«26» 10 2020 г.

 /Зубкова Ю.О.  
«27» 10 2020 г.

 /Гильмутдинова Р.И.  
«29» 10 2020 г.

Казань – 2020

## 1. ПРОХОЖДЕНИЕ ПРАКТИКИ НАПРАВЛЕНО 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><b>УК-1.2.</b> Умеет анализировать и систематизировать, и синтезировать информацию, оценивать эффективность процедур анализа проблем и принятия решений в профессиональной деятельности</p> <p><b>УК-1.5.</b> 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-</p>		<p>ОПК-7. Способен формировать осознанное отношение к спортивной и физкультурной</p>

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.		деятельности, мотивационно-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	<b>108</b>					108			
Промежуточная аттестация (зачет с оценкой)						Зачет с оценкой			
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>часы</b>	<b>108</b>				108			
	<b>зачетные единицы</b>	<b>3</b>				3			

## 4. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ

№	Содержание	Всего часов
<b>1</b>	<b>Организационно-методический раздел</b>	<b>36</b>
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
<b>2</b>	<b>Учебно-методический раздел</b>	<b>22</b>
2.1	Изучение рабочего план-графика тренировок группы	6
2.2	Разработка план-конспектов и проведение фрагментов тренировочных занятий в качестве помощника тренера	16
<b>3</b>	<b>Учебно-воспитательный раздел</b>	<b>10</b>
3.1	Составление психолого-педагогической характеристики спортивной группы	4
3.3	Подготовка плана воспитательного мероприятия (в форме беседы)	6
<b>4</b>	<b>Контрольно-аналитический раздел</b>	<b>36</b>
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
<b>5</b>	<b>Раздел внеурочной физкультурно-массовой и спортивной работы</b>	<b>4</b>
5.1	Участие в разработке сценария физкультурного (спортивного) праздника	4
<b>Всего часов/з.е.</b>		<b>108/3</b>

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенции	Трудовые функции	Индикаторы достижения
УК-1 Способен осуществлять поиск,	<b>05.003</b> Профессиональный	<b>УК-1.2.</b> Умеет анализировать и систематизировать, и синтезировать

<p>критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач</p>	<p>стандарт «Тренер» В/02.5 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном,</p>	<p>информацию, оценивать эффективность процедур анализа проблем и принятия решений в профессиональной деятельности <b>УК-1.5. Владеет</b> 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>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 С/02.6 Планирование, 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/03.6 Формирование 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</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</p>	<p>спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин) С/05.6 Подготовка</p>	<p>ОПК-8.2. Умеет определять содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности. ОПК-8.3. Владеет технологией информационного технического,</p>

соревновательной деятельности	занимающихся по основам медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки	методического и психологического сопровождения соревновательной 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	Посетить не менее 80% рабочих дней, предусмотренной программой	Посетить не менее 80% рабочих дней, предусмотренной программой

			<p>практики. Отчетная документация 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>практики. Отчетная документация в своем составе имеет все виды документов заверенных методистом с указанием даты, соответствующей своевременности 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>программой практики. 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 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</p>
--	--	--	---	--	--

					самостоятельный и оригинальный 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	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 распространенных 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



аппарат, стиль общения не соответствует ситуации. Плохо знает возможности занимающихся, требования всестороннего и гармоничного развития личности, укрепления здоровья. Не осуществляет контроль результатов педагогического процесса, не корректирует действия занимающихся и методы педагогических воздействий.	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 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	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.

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 нормативным документам, возрастным	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 количестве. Содержание документов

<p>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>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. Железняк. – Москва : Академия, 2010. – 272 с. – ISBN 978-5-7695-6404-8 (9785769525438) –Текст: непосредственный.
8. **Холодов, Ж. К.** Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – Москва : Академия, 2014. – 480 с.–ISBN 978-5-4468-0491-7 – 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. – ISBN 978-5-6042440-2-9 – Текст: непосредственный.

## 6.2. Дополнительная литература

1. **Карпушин, Б. А.** Педагогика физической культуры [Текст]: 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. 1–11 классы. 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 [Текст] / Ю. В. Менхин. – Москва : СпортАкадемПресс, 2003. – 303 с.: ил. – ISBN 978-5-8134-0129-9 – Текст: непосредственный.

5. Общая педагогика физической культуры и спорта [Текст] : 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. 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.

2. Федеральный портал «Российское образование» : сайт. – Москва. – Текст : электронный. – URL: <http://www.edu.ru> (дата обращения 01.02.2021).

3. ФизкультУра: Виртуальный клуб любителей здорового образа жизни: сайт. – Текст: электронный. - URL: [www.fizkult-ura.ru](http://www.fizkult-ura.ru) (дата обращения 01.02.2020). - Режим доступа: свободный

4. Электронный каталог ПГУФКСиТ. – 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](http://lib.sportacadem.ru/cgi-bin/irbis64r_plus/cgiirbis_64_ft.exe) (дата обращения 17.05.2021). – Режим доступа для авторизированных пользователей ПГУФКСиТ.

5. Юрайт : Электронно-библиотечная система : сайт. – Москва, 2013. – Текст: электронный. – URL: <https://urait.ru> (дата обращения: 08.03.2019). – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.

## 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 ЭСУС, 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.б.н., доцент Павлов С.Н. \_\_\_\_\_

к.п.н., доцент Галиев Р.Р., \_\_\_\_\_

к.п.н., доцент Шатунов Д.А. \_\_\_\_\_

**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 циклических 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.



**КОНСПЕКТ ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ № \_\_\_\_\_**

**по \_\_\_\_\_ (виду спорта) для спортсменов \_\_\_\_\_ группы**

Дата проведения \_\_\_\_\_

Место проведения \_\_\_\_\_

Время проведения \_\_\_\_\_

Задачи:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Инвентарь

\_\_\_\_\_

Части занятия	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная часть занятия			
Основная часть занятия			
Заключительная часть занятия			

Замечания по занятию: \_\_\_\_\_

Оценка за конспект: \_\_\_\_\_

Оценка за проведение: \_\_\_\_\_

Тренер: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

(подпись)

(Ф.И.О.)

**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 отталкивания в прыжках в длину с разбега способом согнув ноги.
2. Закрепить технику бега на короткие дистанции.
3. Развить быстроту.

**Время занятия:** \_\_\_\_\_

**В группе по списку:** \_\_

**Присутствовало:** \_\_\_\_\_

**Занималось:** \_\_\_\_\_

**Наблюдение проводились за:** \_\_\_\_\_

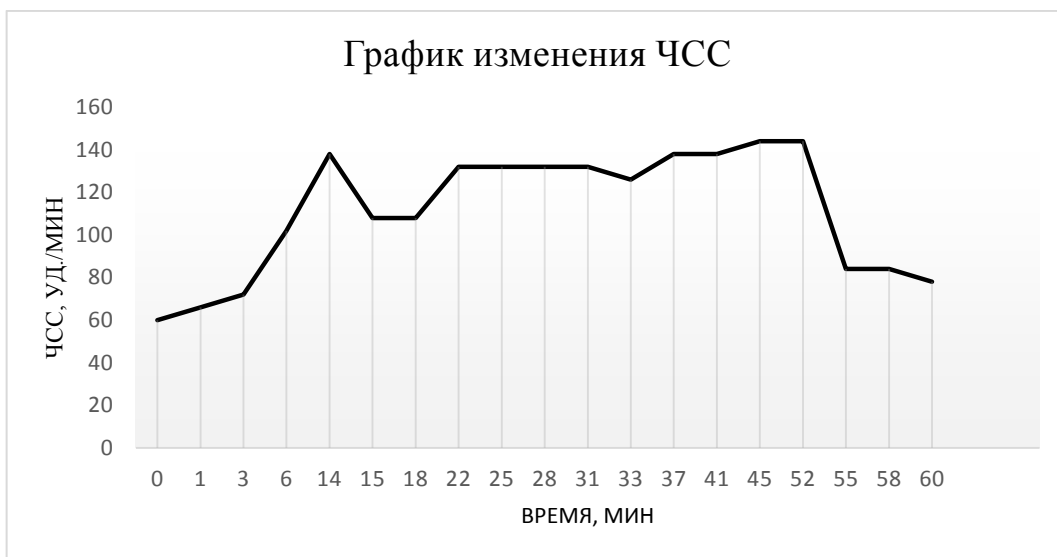
**Пульс у ребенка в покое:** \_\_\_\_\_

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
Сообщение задач урока	00:30	11	66	
Ходьба: - на носках - на пятках - перекатный шаг - с высоким подниманием бедра	03:33	12	72	Нагрузка малой интенсивности
Бег	06:28	17	102	Повышение нагрузки
ОРУ	14:24	23	138	проводилось в движении
Объяснение и показ тренером техники	15:53	18	108	Пассивный отдых
Положение при отталкивании (на месте)	18:25	18	108	Тренировочная нагрузка
Имитация отталкивания в ходьбе (через шаг)	22:15	22	132	
Имитация отталкивания в ходьбе (через 3	25:38	22	132	

шага)				
Отталкивание в беге (через 1 беговой шаг)	28:55	22	132	
Отталкивание в беге (через 3 беговых шага)	31:13	22	132	
Прыжок в длину способом согнув ноги с 3-х шагов разбега	33:15	21	126	
Прыжок в длину способом согнув ноги с 5-и шагов разбега	37:45	23	138	Вестибулярная нагрузка, выполнение прыжка, тренировочная нагрузка
Бег с высоким подниманием бедра через отметки	41:12	23	138	
Ускорение через фишки	45:37	24	144	Относительное повышение нагрузки
Ускорения	52:38	25	150	
Построение	55:04	14	84	Снижение нагрузки, отсутствие физических упражнений
Подведение итогов занятия/выставление оценок	58:23	14	84	
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, 150 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:**

**Занятие проводил:**

**Задачи занятия:**

1. Обучить технике отталкивания в прыжках в длину с разбега способом согнув ноги.
2. Закрепить технику бега на короткие дистанции.
3. Развить быстроту.

**Время занятия:** 60 минут

**В группе по списку:** 20

**Присутствовало:** 16

**Занималось:** 16

**Наблюдение проводились за:**

**Хронометрирование проводила:**

Част и УТЗ	Виды деятельности	Показатели секундомера	Объяснение и показ (ОиП)	Выполнение упражнений (Р)	Вспомогательные действия (ВД)	Отдых (О)	Простой (П)
I. Подг часть	1. Построение	00'00''					
	2. Сообщение задач	30''	1'				
	3. Расчет по порядку	1'30''			30''		
	4. Ходьба на носках	2'00''		1'			
	5. на пятках	3'00''		30''			
	6. Ходьба на перекатом	3'30''		30''			
	7. Ходьба в полуприседе	4'		30''			
	8. Ходьба с высоким подниманием бедра	4'30''		30''			
	9. Бег	5'		3'			
	10. Бег по заданию	8'		2'			
	11. Ходьба	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. Осн ов част ь	23. Объяснение и показ положения при отталкивании (на месте)	16'40''	12''				
	24. Выполнение положения при отталкивании (на месте)	16'52''		4'			
	25. Указание ошибок	20'52''	15''				
	26. Выполнение положения при отталкивании (на месте)	21'07''		4'			
	27. Объяснение и показ отталкивания в ходьбе (через шаг)	25'07''	13''				
	28. Выполнение отталкивания в ходьбе (через шаг)	25'20''		2'			
	29. Указание ошибок	27'20''	14''				
	30. Выполнение отталкивания в ходьбе (через шаг)	27'34''		3'			
	31. Отдых	30'34''					30''

31. Объяснение и показ отталкивания в беге (через 1 беговой шаг)	31'04"	10"				
32. Выполнение отталкивания в беге (через 1 беговой шаг)	31'14"		4'			
33. Указание ошибок	35'14"	11"				
34. Выполнение отталкивания в беге (через 1 беговой шаг)	35'35"		3'			
35. Объяснение и показ прыжка в длину способом согнув ноги с 3-х шагов разбега	38'35"	13"				
36. Выполнение прыжка в длину способом согнув ноги с 3-х шагов разбега	38'48"		3'			
37. Указание ошибок	41'48"	12"				
38. Выполнение прыжка в длину способом согнув ноги с 3-х шагов разбега	42'00"		3'			
39. Подготовка к закреплению техники бега на короткие дистанции	43'00"			1'30"		30"
40. Выполнение техники бега с	45'00"		3'			

	высоким подниманием бедра через отметки						
	41. Подготовка к ускорениям через фишки	48'00"			30"		
	42. Выполнение ускорений через фишки	48'30"		3			
	43. Подготовка к ускорениям	51'30"			23"		
	44. Ускорения	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)

---

---

---

---



ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

НАГРАЖДЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

Содержание личной работы студента в подготовке и проведении  
данного мероприятия

Замечания по проведению

Оценка за составление сценария и проведение

Методист (тренер)

**ДНЕВНИК ПРАКТИКАНТА**

Дата записи	Содержание проведенной работы, педагогических наблюдений: <b>анализ, выводы, замечания студента</b>



**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.*