

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Воронежская государственная академия спорта»

УТВЕРЖДАЮ



Проректор по образовательной  
деятельности  
Е. В. Суханова

20 01 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРАКТИКИ**

**Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки:** Спортивная подготовка по виду спорта (группе видов спорта)

**Квалификация:**

Тренер по виду спорта(группе видов спорта, преподаватель

**Год начала подготовки:** 2021

**Воронеж, 2021**

Практика является обязательной частью дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки «Спортивная подготовка по виду спорта (группе видов спорта)» и средством успешной подготовки слушателей к работе в сфере физической культуры.

Практика направлена на формирование у обучающихся соответствующих компетенций, приобретение практического опыта и реализуется в рамках модулей программы по каждому из видов профессиональной деятельности.

### **1. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ПРАКТИКЕ**

Цель практики – формирование, развитие и поддержание спортивного потенциала спортсменов и лиц, проходящих спортивную подготовку (далее - занимающихся), для достижения ими спортивных результатов.

Задачи практики:

1. Руководство общей физической и специальной подготовкой занимающихся.
2. Подготовка занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном и начальной подготовки.
3. Подготовка занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта (группе спортивных дисциплин).
4. Подготовка занимающихся на этапах совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин).
5. Проведение тренировочных мероприятий и руководство соревновательной деятельностью по виду спорта (группе спортивных дисциплин).

**Целью** освоения дисциплины является формирование следующих компетенций: ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6.

Профессиональные компетенции:

ПК-1. Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.

ПК-2. Способен использовать в процессе спортивной подготовка средства и методы профилактики травматизма и заболеваний, организовывать восстановительные мероприятия с учетом специфики вида спорта, возраста и пола занимающихся, в том числе с применением методик спортивного массажа.

ПК-3. Способен разрабатывать и реализовывать программы по физической культуре и спорту.

ПК-4. Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся и контроля результатов освоения образовательной программы.

ПК-5. Способен использовать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья, включая закаливание, массаж, правильное питание.

ПК-6. Способен осуществлять координацию тренировочного, физкультурно-оздоровительного и образовательного процессов, организовать методическое сопровождение деятельности специалистов.

### **Планируемые результаты обучения по практике**

<b>Перечень знаний, умений и/или опыта деятельности</b>	<b>Код формируемой компетенции</b>
<b>Знания</b>	
– теоретические и методические основы построения спортивной тренировки; – специфику проведения тренировочных занятий на различных этапах	ПК-1

<p>подготовки;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– специфические принципы, средства, методы спортивной тренировки, виды подготовки, методы оценки подготовленности спортсмена.</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>– определять факторы риска, способствующие получению спортивных травм и развитию заболеваний в ИВС;</li> <li>– средства и методы профилактики травматизма и заболеваний.</li> <li>– правила оказания неотложной помощи при наиболее частых травмах и острых патологических состояниях при занятиях спортом.</li> </ul>	ПК-2
<ul style="list-style-type: none"> <li>– содержание и методику реализации программ по физической культуре и спорту, в том числе современные методы, формы, способы и приемы обучения и воспитания</li> <li>– профориентационные возможности занятий избранным видом деятельности, основные подходы и направления работы, поддержки и сопровождения</li> </ul>	ПК-3
<ul style="list-style-type: none"> <li>– способы выявления интересов занимающихся в осваиваемой области оздоровительно - досуговой деятельности;</li> <li>– этические нормы в области физической культуры и спорта;</li> <li>– основные характеристики, методы педагогической диагностики и развития ценностно-смысловой, эмоционально-волевой, потребностно-мотивационной, интеллектуальной, коммуникативной сфер занимающихся различного возраста.</li> </ul>	ПК-4
<ul style="list-style-type: none"> <li>– основы здорового образа жизни и его организации;</li> <li>– общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении тренировочных занятий с учетом оздоровительной направленности</li> </ul>	ПК-5
<ul style="list-style-type: none"> <li>– требования федеральных стандартов, определяющих программы подготовки в соответствии с половозрастными и индивидуальными особенностями занимающихся;</li> <li>– средства и методы тренировки по общей физической и специальной подготовке, характеристику физиологической нагрузки, анатомо-морфологические особенности занимающихся различного пола и возраста, материально-техническое оснащение, погодные и гигиенические условия избранного вида деятельности.</li> </ul>	ПК-6
<b>Умения</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать учебные планы и программы конкретных занятий;</li> <li>– формулировать задачи, подбирать соответствующие средства и методы их решения, регулировать психофизическую нагрузку в процессе учебно-тренировочных занятий;</li> <li>– применять методы организации занимающихся при проведении учебно-тренировочного занятия;</li> <li>– осуществлять организацию и проведение спортивных соревнований с разным контингентом занимающихся;</li> <li>– подбирать приемы и средства для устранения двигательных ошибок, создавать условия для самоанализа и совершенствования;</li> <li>– формулировать конкретные задачи, подбирать средства и методы развития всех двигательных качеств, определять дозирование нагрузки для спортсменов любой квалификации и возраста на различных этапах подготовки.</li> </ul>	ПК-1
<ul style="list-style-type: none"> <li>– управлять объемом и направленностью тренировочных нагрузок в ИВС для предупреждения заболеваний и травм у занимающихся;</li> <li>– осуществлять подбор средств и методов профилактики травматизма и восстановления в системе занятий ИВС;</li> </ul>	ПК-2

– выявлять признаки переутомления, перенапряжения, регулирования физической нагрузки спортсменов во время проведения занятий и соревнований	
– определять цели и задачи планирования занятий и (или) циклов занятий, направленных на освоение избранного вида деятельности, разработки планов (сценариев) досуговых мероприятий; – планировать и проводить спортивно-массовые мероприятия.	ПК-3
правильно выбирать и применять виды и формы физкультурно-спортивной деятельности при организации досуга и активного отдыха в организациях; – использовать систему контроля и оценки уровня физической и функциональной подготовленности занимающегося с анализом полученных результатов.	ПК-4
– планировать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья; – составлять программы и планы мероприятий по поддержанию здоровья, определять их цели и задачи; – выявлять необходимость проведения корректировки методик по сопровождению мероприятий по поддержанию здоровья.	ПК-5
– составлять отчетную документацию при планировании, организации и проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; – проводить консультации с сотрудниками организаций различного типа и населением по вопросам координации тренировочного, физкультурно-оздоровительного и образовательного процессов.	ПК-6
<b>Навыки и (или) опыт деятельности</b>	
– составления учебных планов и программ конкретных занятий; – проведения учебно-тренировочного занятия различной направленности с учетом возраста и квалификации занимающихся; – модульного построения тренировочных занятий по всем видам (физической, технической, тактической, психической и т.п.) подготовки.	ПК-1
– использования основных приемов спортивного массажа; – оказания доврачебной медицинской помощи.	ПК-2
– разработки тренировочных программ и учебно-методических материалов для их реализации; – планирования и проведения занятия по физическому воспитанию, тренировочного занятия по утвержденным программам и методикам физического воспитания с учетом возрастного состава группы.	ПК-3
– анализа плана тренировочного занятия, выбора формы проведения тренировочного занятия; – разработки системы оценки достижения планируемых результатов освоения тренировочных программ.	ПК-4
– проведение общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья; – регулирования физической нагрузки занимающихся; – уметь создавать специальные санитарно-гигиенические требования, соблюдать правила техники безопасности при проведении занятий.	ПК-5
– планирования образовательного процесса, занятия и (или) циклов занятий, разработки сценарий досуговых мероприятий с учетом: задач и особенностей оздоровительной программы; запросов занимающихся,	ПК-6

<p>возможностей и условий их удовлетворения в процессе освоения; фактического уровня подготовленности, состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся; особенностей группы занимающихся; санитарно-гигиенических норм и требований охраны жизни и здоровья занимающихся;</p> <p>– систематизирования информации относительно организации и методического обеспечения работы.</p>	
---	--

## 2. МЕСТО ПРАКТИКИ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

### 2.1. Место и объем практики

В соответствии с учебным планом практика реализуется на десятой неделе обучения.

Вид промежуточной аттестации: дифференцированный зачет.

### 2.2. Место проведения практики

Место прохождения практики – ДЮСШ, СШОР, СДЮШОР, центры физкультуры, спорта и здоровья, спортивные клубы и секции, имеющие необходимую материально-техническую базу.

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья выбор мест прохождения практики должен учитывать состояние здоровья и требования доступности.

Слушатели проходят практику в период между сессиями без отрыва от основной работы.

## 3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы		Количество часов
<b>Контактная работа преподавателя с обучающимися:</b>		
В том числе:		
Лекции (Л)		-
Лабораторные занятия (ЛЗ)		-
Практические занятия (ПЗ)		16
<b>Вид промежуточной аттестации</b>		<b>диф. зачет</b>
<b>Самостоятельная работа (СРС)</b>		<b>36</b>
<b>Контроль (К)</b>		-
<b>Всего часов (семестр)</b>		<b>36</b>
<b>Зачетные единицы (семестр)</b>		<b>1</b>
<b>Общая трудоемкость дисциплины:</b>	324	36
	9	1

## 4. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ

№п/п	Этапы практики	Содержание этапов	Формы текущего контроля
1.	Организационный	<p>–получение первичной практической информации о целях, задачах и организации практики;</p> <p>–подготовка и оформление организационных документов по практике.</p>	индивидуальный план прохождения практики
2.	Основной	–проведение методической, воспитательной, спортивной работы.	материалы выполнения программы

			практики
3.	Заключительный	– подготовка отчета об итогах практики; – итоговая конференция.	письменный отчет, итоговая конференция

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 5.1. Компетенции в соотношении с трудовыми функциями профессиональных стандартов и индикаторы их достижения

Компетенция	Трудовые функции	Индикаторы достижения
ПК-1	<p><b>ПС 05.003«Тренер»</b></p> <p>A/01.5 Разработка планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся</p> <p>A/02.5 Проведение тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся</p> <p>A/03.5 Измерение и оценка физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки</p> <p>C/03.6. Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки</p> <p>C-D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p> <p>C-D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов на всех этапах спортивного мастерства</p> <p>C-D/05.6 Организация участия</p>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– теоретические и методические основы построения спортивной тренировки;</li> <li>– специфику проведения тренировочных занятий на различных этапах подготовки;</li> <li>– специфические принципы, средства, методы спортивной тренировки, виды подготовки, методы оценки подготовленности спортсмена;</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать учебные планы и программы конкретных занятий;</li> <li>– формулировать задачи, подбирать соответствующие средства и методы их решения, регулировать психофизическую нагрузку в процессе учебно-тренировочных занятий;</li> <li>– применять методы организации занимающихся при проведении учебно-тренировочного занятия;</li> <li>– осуществлять организацию и проведение спортивных соревнований с разным контингентом занимающихся;</li> <li>– подбирать приемы и средства для устранения двигательных ошибок, создавать условия для самоанализа и совершенствования;</li> <li>– формулировать конкретные задачи, подбирать средства и методы развития всех двигательных качеств, определять дозирование нагрузки для спортсменов любой квалификации и возраста на различных этапах подготовки;</li> </ul> <p><b>Иметь навыки:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– составления учебных планов и программ конкретных занятий;</li> <li>– проведения учебно-тренировочного занятия различной направленности с учетом возраста и квалификации</li> </ul>

	<p>занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>занимающихся; – модульного построения тренировочных занятий по всем видам (физической, технической, тактической, психической и т. п.) подготовки.</p>
ПК-2		<p><b>Знать:</b> – определять факторы риска, способствующие получению спортивных травм и развитию заболеваний в ИВС; – средства и методы профилактики травматизма и заболеваний. – правила оказания неотложной помощи при наиболее частых травмах и острых патологических состояниях при занятиях спортом; <b>Уметь:</b> – управлять объемом и направленностью тренировочных нагрузок в ИВС для предупреждения заболеваний и травм у занимающихся; – осуществлять подбор средств и методов профилактики травматизма и восстановления в системе занятий ИВС; – выявлять признаки переутомления, перенапряжения, регулирования физической нагрузки спортсменов во время проведения занятий и соревнований. <b>Иметь навыки:</b> – использования основных приемов спортивного массажа; – оказания доврачебной медицинской помощи.</p>
ПК-3		<p><b>Знать:</b> – содержание и методику реализации программ по физической культуре и спорту, в том числе современные методы, формы, способы и приемы обучения и воспитания – профориентационные возможности занятий избранным видом деятельности, основные подходы и направления работы, поддержки и сопровождения. <b>Уметь:</b> – определять цели и задачи планирования занятий и (или) циклов занятий, направленных на освоение избранного вида деятельности,</p>

		<p>разработки планов (сценариев) досуговых мероприятий;</p> <p>– планировать и проводить спортивно-массовые мероприятия;</p> <p><b>Иметь навыки:</b></p> <p>– разработки тренировочных программ и учебно-методических материалов для их реализации;</p> <p>– планирования и проведения занятия по физическому воспитанию, тренировочного занятия по утвержденным программам и методикам физического воспитания с учетом возрастного состава группы</p>
ПК-4		<p><b>Знать:</b></p> <p>– способы выявления интересов занимающихся в осваиваемой области оздоровительно-досуговой деятельности;</p> <p>– этические нормы в области физической культуры и спорта;</p> <p>– основные характеристики, методы педагогической диагностики и развития ценностно-смысловой, эмоционально-волевой, потребностно-мотивационной, интеллектуальной, коммуникативной сфер занимающихся различного возраста;</p> <p><b>Уметь:</b></p> <p>– правильно выбирать и применять виды и формы физкультурно-спортивной деятельности при организации досуга и активного отдыха в организациях;</p> <p>– использовать систему контроля и оценки уровня физической и функциональной подготовленности занимающегося с анализом полученных результатов;</p> <p><b>Иметь навыки:</b></p> <p>– анализа плана тренировочного занятия, выбора формы проведения тренировочного занятия;</p> <p>– разработки системы оценки достижения планируемых результатов освоения тренировочных программ;</p>
ПК-5		<p><b>Знать:</b></p> <p>– основы здорового образа жизни и его организации;</p> <p>– общие и специальные санитарно-</p>



		<p>гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении тренировочных занятий с учетом оздоровительной направленности;</p> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– планировать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья;</li> <li>– составлять программы и планы мероприятий по поддержанию здоровья, определять их цели и задачи</li> <li>– выявлять необходимость проведения корректировки методик по сопровождению мероприятий по поддержанию здоровья;</li> </ul> <p><b>Иметь навыки:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– проведение общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья;</li> <li>– регулирования физической нагрузки занимающихся;</li> <li>– уметь создавать специальные санитарно-гигиенические требования, соблюдать правила техники безопасности при проведении занятий</li> </ul>
ПК-6		<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– требования федеральных стандартов, определяющих программы подготовки в соответствии с половозрастными и индивидуальными особенностями занимающихся;</li> <li>– средства и методы тренировки по общей физической и специальной подготовке, характеристику физиологической нагрузки, анатомо-морфологические особенности занимающихся различного пола и возраста, материально-техническое оснащение, погодные и гигиенические условия избранного вида деятельности.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– составлять отчетную документацию при планировании, организации и проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;</li> <li>– проводить консультации с сотрудниками организаций различного типа и населением по вопросам координации</li> </ul>

		<p>тренировочного, физкультурно-оздоровительного и образовательного процессов;</p> <p><b>Иметь навыки:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– планирования образовательного процесса, занятия и (или) циклов занятий, разработки сценарий досуговых мероприятий с учетом: задач и особенностей оздоровительной программы; запросов занимающихся, возможностей и условий их удовлетворения в процессе освоения; фактического уровня подготовленности, состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся; особенностей группы занимающихся; санитарно-гигиенических норм и требований охраны жизни и здоровья занимающихся;</li> <li>– систематизирования информации относительно организации и методического обеспечения работы.</li> </ul>
--	--	--

## **5.2. Типовые задания для текущего контроля**

**Задание 1.** Разработка индивидуального плана работы на весь период практики.

**Задание 2.** Знакомство с базой практики (образовательного учреждения): структурой, системой руководства, внутренним распорядком, контингентом занимающихся, состоянием материальной базы, материально-техническим обеспечением занятий.

**Задание 3.** Знакомство с нормативно-правовыми документами и особенностями физкультурно-спортивной работы организации.

**Задание 4.** Изучение документов планирования организации.

**Задание 5.** Разработка конспектов физкультурно-оздоровительных занятий в группах или индивидуально (не менее 3-ех).

**Задание 6.** Проведение физкультурно-оздоровительных занятий в группах или индивидуально (не менее 3-ех, в т.ч. 1 – контрольный). Самоанализ проведенных занятий.

**Задание 7.** Планирование и проведение массовых физкультурно-спортивного мероприятия или соревнования по видам ВФСК ГТО.

**Задание 8.** Посещение и педагогическое наблюдение на учебно-тренировочных, физкультурно-оздоровительных занятиях за деятельностью тренера (инструктора) по адаптивному спорту.

**Задание 9.** Итоговый отчет о деятельности в период практики.

**Задание 10.** Характеристика.

### **Методические указания**

**Задание 1.** Разработка индивидуального плана работы на весь период практики.

Индивидуальный план работы составляется на первой неделе практики.

### Индивидуальный план работы

№ п/п	Виды и содержание работ	Сроки выполнения	Отметка о выполнении
1	2	3	4

Заполняется практикантом самостоятельно. Содержание предстоящей работы планируется по программе практики.

**Задание 2.** Знакомство с базой практики (образовательного учреждения): структурой, системой руководства, внутренним распорядком, контингентом занимающихся, состоянием материальной базы, материально-техническим обеспечением занятий.

#### Общие сведения о базе практики

Полное наименование базы практики:

Адрес, телефон:

Директор:

Заместитель директора:

Сведения о контингенте, занимающихся физической культурой

Материально-техническое обеспечение базы практики: спортивные площадки, залы, помещения (описать); инвентарь и оборудование, тренажеры (перечислить).

**Задание 3.** Знакомство с нормативно-правовыми документами и особенностями физкультурно-спортивной работы организации.

Анализ нормативно-правовых документов, регламентирующих деятельность организации.

**Задание 4.** Изучение документов планирования организации.

Дана характеристика основных документов планирования в физическом воспитании (учебного плана, учебной программы, плана-графика учебного процесса, рабочего (тематического) плана, расписания занятий, планов-конспектов занятий).

Знакомство с планом деятельности базы практики на период практики. Расписание тренировочных занятий. Журнал учета работы.

#### План деятельности на 20\_\_ - 20\_\_ уч.год

№ п/п	Содержание мероприятий	Сроки выполнения	Ответственные
<b>1. Организационная работа</b>			
1.1.			
...			
<b>2. Спортивная работа</b>			
2.1.			
...			
<b>3. Воспитательная работа</b>			
3.1.			
...			
<b>4. Финансово-хозяйственная работа</b>			
4.1.			
...			
<b>5. Медицинский контроль</b>			
5.1.			
...			

6. Работа с родителями			
6.1.			
...			

### Расписание учебно-тренировочных занятий

Группа	Дни и часы занятий					
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота
1	2	3	4	5	6	7

### Журнал учета работы

№ п/п	ФИО	1 ноября	2 ноября	:	:	:	:	:	:	:	:	:	:	:	:
1															
2															
...															

**Задание 5.** Разработка конспектов физкультурно-оздоровительных занятий в группах или индивидуально.

#### Конспект занятия № \_\_\_\_

Дата:

Время:

Задачи:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

Инвентарь: \_\_\_\_\_

№ п/п	Содержание урока	Затраты времени	Параметры нагрузки	Метод. указания	
				По обучению	По воспитанию
1	2	3	4	5	6

**Задание 6.** Проведение физкультурно-оздоровительных занятий в группах или индивидуально (не менее 3-ех, в т.ч. 1 – контрольный).

Провести самоанализ 3-ех проведенных физкультурно-оздоровительных занятий в группах или индивидуально.

#### Самоанализ № \_\_ проведенного занятия

Дата проведения:

Место проведения:

Группа: \_\_\_\_\_ Номер занятия: \_\_\_\_\_

Начало занятия: \_\_\_\_\_

Количество учеников: по списку \_\_\_\_; занимающихся \_\_\_\_; отсутствующих \_\_\_\_.

Задачи урока:

Санитарное состояние зала:

Готовность детей к занятию:

Соответствие календарному планированию, возрасту и физической

подготовленности занимающихся:

Соответствие подбора упражнений целям и задачам урока, а также возрасту и подготовленности занимающихся:

Методы:

Техника безопасности:

Подготовительная часть:

Основная часть:

Заключительная часть:

Результаты занятия:

Выводы:

**Задание 7.** Планирование и проведение массовых физкультурно-спортивного мероприятия или соревнования по видам ВФСК ГТО.

### План подготовки и проведения соревнований (мероприятий)

(название)			
№п/п	Мероприятие	Сроки выполнения	Ответственный
1	2	3	4

Разделы Положения:

- цель и задачи;
- сроки и место проведения;
- руководство проведением;
- участники соревнований;
- программа соревнований;
- определение победителей;
- награждение;
- заявки и финансирование.

**Задание 8.** Посещение и педагогическое наблюдение на учебно-тренировочных, физкультурно-оздоровительных занятиях за деятельностью тренера (инструктора) по адаптивному спорту.

#### Педагогический анализ занятия

При анализе занятия следует руководствоваться перечисленными ниже положениями и критериями.

**Общие сведения.** Фамилия, имя, отчество тренера (инструктора), проводящего занятие. Дата проведения занятия. Количество занимающихся по списку. Количество присутствующих. Место проведения занятия.

**Подготовленность к занятию.** Наличие конспекта. Оценка его содержания, полноты и терминологической правильности записей, полноты и содержательности методических указаний. Подготовка мест занятий, оборудования, инвентаря. Подготовленность занимающихся к занятию.

**Характеристика** правильности постановки задач занятия, их разносторонности и конкретность. Оценка степени решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач в процессе проведения занятия.

**Оценка построения занятия.** Рациональность распределения времени по частям (подготовительная, основная, заключительная). Соответствие подготовительной части основным задачам, связь с характером материала основной части, наличие специальных разминочных, подготовительных и подводящих упражнений. Целесообразность распределения времени на отдельные виды упражнений и заданий в подготовительной части. Рациональность расположения материала (видов упражнений) в основной части в зависимости от характера задач и самого материала, требований к рациональному

распределению нагрузки (физической, эмоциональной). Целесообразность распределения времени, отведенного на основную часть, между отдельными видами упражнений. Соответствие содержания и продолжительности заключительной части состоянию занимающихся.

**Оценка организации занятия**, с точки зрения выбора методов организации (соответствие содержанию занятия, возрасту занимающихся, условием проведения) и их использованию в процессе проведения занятия; способов выполнения упражнений (поточный, поочередной, группами, индивидуальный, использование дополнительных заданий и др.). Использование приемов организации, обеспечивающих повышение его плотности. Рациональность размещения занимающихся, оборудования и инвентаря, а также приемов подготовки мест занятий, выдачи и сбора инвентаря. Оценка использования помощи в организации занятия со стороны занимающихся.

**Оценка методики обучения.** Знание тренером (инструктором) техники изучаемых движений и методики обучения им. Правильность подбора упражнений для решения отдельных методических задач обучения. Владение методами обучения и рациональность их использования:

- методы обеспечения наглядности (показ, демонстрация наглядных пособий, использование ориентиров и др.);
- словесный метод (дидактический рассказ, объяснение, указание, команды, словесные оценки и др.);
- практические методы упражнения (строго регламентированного упражнения, игровым и соревновательным методом);
- владение страховкой;
- эффективность применения способов, направленных на повышение активности учащихся в процессе обучения.

**Оценка методики воспитания физических качеств.** Содержание работы по воспитанию физических качеств. Адекватность избранной методики воспитания (формирования) физических качеств и индивидуальный подход.

**Характеристика физической нагрузки и ее оценка.** Объем нагрузки, ее интенсивность. Характеристика «кривой нагрузки». Соответствие объема и интенсивности нагрузки возрастным особенностям учащихся. Использование приемов регулирования нагрузки.

**Оценка содержания и методики воспитательной работы.** Содержание воспитательной работы (содействие нравственному, умственному, эстетическому и трудовому воспитанию занимающихся). Оценка уровня воспитанности занимающихся: дисциплинированность, активность в выполнении заданий, проявление взаимопомощи и другое. Оценка личности тренера (инструктора).

**Заключение.** Образовательная, оздоровительная и воспитательная ценность занятия. Основные положительные стороны деятельности тренера (инструктора). Рекомендации тренеру (инструктору) к совершенствованию его педагогической деятельности. Примерная оценка проведенного занятия в баллах.

#### **Задание 9.** Итоговый отчет о деятельности в период практики.

В отчете раскрывается содержание выполненной работы, анализируется ее качество, делаются выводы. Особое внимание следует уделить знаниям, умениям и навыкам, приобретенным в ходе практики, а также выявлению трудностей или недостатков и внесению предположений по совершенствованию практики.

Титульный лист отчета (Приложение 1).

#### **Схема отчета по практике**

Я, слушатель дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки «Спортивная подготовка по виду спорта (группе видов спорта)» квалификации «Тренер по виду спорта (группе видов спорта), преподаватель»

---

(ФИО слушателя)

1. Место прохождения практики.
2. Период прохождения практики.
3. Анализ выполнения заданий по практике.
4. Количество проведенных занятий, их типы.
5. Какие знания, умения и навыки приобретены в процессе практики?
6. Чему научились в ходе практике?
7. Какие трудности возникали в процессе практики?
8. Общие выводы о практике. Пожелания, предложения по совершенствованию проведения практики.

Подпись

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
подпись / Фамилия И.О.

#### **Задание 10. Характеристика.**

**По окончании практики слушателю методистом учреждения дается характеристика с суммарной оценкой всех видов его работы с подписями директора, тренера (инструктора) и синей печатью.**

Отчетные документы необходимо располагать в следующей последовательности:

1. Титульный лист (Приложение 1).
2. Оглавление.
3. Характеристика базы практики.
4. Перечень документов планирования и учета работы базы практики (образовательного учреждения) по физическому воспитанию.
5. Журнал учета работы с контингентом.
6. Конспекты физкультурно-оздоровительных занятий.
7. Положение о соревновании, сценарий физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия.
8. Педагогический анализ занятия.
9. Отчет практиканта.
10. Характеристика

**Все названные документы должны быть собраны в папку и представлены методисту практики не позднее установленного приказом срока.**

В качестве приложения к дневнику практики слушатель может прикладывать копии документов, чертежей, эскизов, схем, инструкции, графики, бланки, фотографии, таблицы, карточки и другие материалы, подтверждающие практический опыт, полученный на практике. Приложения должны сопровождаться пояснительными надписями, а в случае необходимости и краткими описаниями. Объем приложений любой.

#### **Критерии выставления итоговой оценки по практике**

По окончании практики слушатель оформляет в индивидуальном порядке отчет по практике в соответствии с установленной формой.

Отчет практики должен быть закончен в обязательном порядке на месте практики, заверен методистом практики от профильной организации и сдан в установленные сроки методисту практики от академии.

Методист практики проверяет правильность заполнения отчета слушателем, соответствие программе практики и качество. Если отчетные документы соответствуют предъявляемым требованиям, методист допускает слушателя к защите. Возможен также допуск слушателя к защите при условии доработки им выявленных методистом незначительных замечаний. Если отчетные документы не соответствуют требованиям, его возвращают слушателю на доработку.

По результатам практики слушатель получает интегральную оценку, отражающую качество выполнения всех программных заданий практики, которые оформляются в сводном комплекте отчетной документации по практике. Оценка за практику выставляет методист практики, учитывая:

- отношение слушателя к практике (самостоятельность, деловая активность, ответственность, своевременность представления отчетных материалов);
- уровень теоретической подготовленности слушателя;
- степень овладения профессионально-педагогическими и организационно-методическими навыками и умениями, качество проведения занятий и физкультурно-спортивных мероприятий;
- качество анализа содержания документации, необходимой для осуществления физкультурно-оздоровительной деятельности, педагогического анализа занятия;
- качество выполнения задач по разделам практики;
- качество и своевременность предоставления отчетных материалов.

Общая положительная оценка возможна лишь при выполнении всех заданий. Невыполнение или неудовлетворительное качество выполнения какого-либо задания не позволит слушателю получить общую положительную оценку.

Итоговая оценка осуществляется методистом практики на основании анализа отчетных материалов по практике, характеристики методиста практики от профильной организации и собеседования со слушателем.

Оценка	Критерии
«отлично»	<ul style="list-style-type: none"> <li>– представлены формы отчетности по всем видам заданий в контрольные сроки;</li> <li>– задания выполнены на высоком уровне качества, в полном объеме и в соответствии с требованиями программы практики;</li> <li>– обнаружено умение правильно определять и эффективно решать основные задачи;</li> <li>– при выполнении заданий проявлена активность и самостоятельность</li> </ul>
«хорошо»	<ul style="list-style-type: none"> <li>– полностью выполнена намеченная на период практики программа работы;</li> <li>– обнаружено умение определять основные задачи и способы их решения, но имели место незначительные отклонения от требований к выполнению заданий;</li> <li>– при выполнении заданий слушатель проявил инициативу в работе, но не смог вести творческий поиск или не проявил потребность в творческом росте.</li> </ul>
«удовлетворительно»	<ul style="list-style-type: none"> <li>– полностью выполнена намеченная на период практики программа работы;</li> <li>– обнаружено умение определять основные задачи и способы их решения, но имели место незначительные отклонения от требований к выполнению заданий;</li> <li>– при выполнении заданий слушатель проявил инициативу в работе, но не смог вести творческий поиск или не проявил потребность в творческом росте.</li> </ul>
«неудовлетворительно»	<ul style="list-style-type: none"> <li>– представлены формы отчетности с грубыми нарушениями требований, в минимальном объеме, с нарушением контрольных сроков;</li> <li>– допущены грубые ошибки в методике обучения и воспитании обучающихся;</li> <li>– при выполнении заданий не проявлена инициатива в работе.</li> </ul>



## 6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:

### Основная литература:

1. Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры: Учебник для студ. Учреждений высш. проф. образования / Ж.К.Холодов, В.С. Кузнецов – 12-е изд., испр. – М.: Академия, 2014. – 480с.

2. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: [учебник] / Л.П. Матвеев. – [3-е изд., перераб. и доп.]. - Москва: Физкультура и Спорт: СпортАкадемПресс, 2008. – 542 с. : ил., табл.; 25 см. – (Корифеи спортивной науки).;(ФиС). 3. Официальные правила соревнований по выбранному виду спорта

### Дополнительная литература:

1. Гавердовский Ю.К. Теория и методика спортивной гимнастики. В 2 т. Т.1 [Электронный ресурс] : учебник / Ю.К. Гавердовский. – Электрон. дан. – Москва : Советский спорт, 2014. – 368 с. – Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/69824>

2. Никитушкин В. Г. Спорт высших достижений: теория и методика : учебное пособие / В. Г. Никитушкин, Ф. П. Суслов. – Москва : Спорт, 2017. – 320 с. – То же [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471229>

3. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : учебник [для тренеров] : в 2 кн. / В. Н. Платонов. – К.: Олимп. лит., 2015. – Кн. 1. – 2015. – 680 с.: ил.

4. Поваляева Г. В. Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика: Аггау. – Омск : Издательство СибГУФК, 2012. – 144с.: ил., табл. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274888>. – <http://biblioclub.ru>

5. Физическая культура: учеб. пособие для бакалавров/С.И. Бочкарева, Т.П. Высоцкая, Н.Е. Копылова, О.П. Кокоулина; под ред. А.Г. Ростеванова. – М.: Российский экономический университет имени Г.В. Плеханова, 2017. – 236 с.

6. Фискалов, В. Д. Теоретико-методические аспекты практики спорта : учебное пособие / В. Д. Фискалов, В. П. Черкашин. – Москва : Спорт, 2016. – 352 с. – То же [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454239>

## 7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»

1. Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/>
1. Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.пф/>
2. Интернет-ресурсы (сайт ВГАС) [www.vgifk.ru](http://www.vgifk.ru)
3. Справочная правовая система «Консультант плюс» <http://www.consultant.ru>
4. Культура физическая и здоровье <http://kultura-fiz.vspu.ac.ru>
5. Физкультура и спорт (журнал) <http://www.fismag.ru>
6. Электронный каталог Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту ([http://lib.sportedu.ru/Catalog\\_idc](http://lib.sportedu.ru/Catalog_idc))
7. Электронно-библиотечная система IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru>
8. Научный портал <http://www.teoriya.ru>;
9. <http://www.twirpx.com/>
10. <http://romanbook.ru>
11. <http://www.academia-moscow.ru/>

## 8. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ

В ходе практики обучающиеся применяют весь комплекс научно-

исследовательских методов и технологий для выполнения различных видов работ.

Для подготовки отчета по практике обучающиеся используют широкий арсенал программных продуктов: Microsoft Office (Access, Excel, PowerPoint, Word и т. д), Open Office, Linux (бесплатное программное обеспечение широкого класса), Skype, Вебинар (Мирополис), программное обеспечение электронного ресурса сайта ВГАС, система дистанционного образования на базе cms Moodle, использование мультимедийного сопровождения практических занятий, раздаточного материала, электронной почты.

## **9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРАКТИКИ**

Практика проводится в профильных организациях, деятельность которых соответствует компетенциям, оборудованных в соответствии с требованиями к организации образовательного процесса в соответствии с содержательным наполнением учебных предметов федерального компонента ФГОС по предмету «Физическая культура», имеющих высококвалифицированных специалистов, достаточное материально-техническое оснащение в соответствии с требованиями, правилами безопасности и санитарно-гигиеническими нормами (спортивные залы, спортивные площадки и пришкольные стадионы, бассейны, спортивные снаряды, инвентарь, оборудование, мультимедийные комплекты).

### **ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ УЧАСТНИКОВ ПРАКТИКИ**

Общее руководство практикой осуществляет руководитель практики Академии, непосредственное руководство и контроль за работой слушателей – методист практики от Академии.

*Обязанности методиста практики от Академии:*

Для выполнения объема программы практики методист практики от Академии:

- участвует в установочной конференции;
- проводит со слушателями методические занятия по вопросам организации и прохождения практики;
- определяет объем работы практикантов на день (неделю);
- оказывает слушателям методическую помощь в составлении документации, организации и проведении учебных и тренировочных занятий;
- проводит консультации (групповые и индивидуальные) по программе практики, анализирует и оценивает качество их работы;
- по окончании практики, совместно с методистом практики от профильной организации выставляет дифференцированную оценку;
- проверяет и анализирует представленную слушателями документацию, составляет отчет по итогам практики;
- своевременно сдает отчетную документацию методисту практики Академии.

*Обязанности и права практиканта*

В соответствии с программой практики и в целях успешного ее выполнения слушатель обязан:

- своевременно выполнять все виды работ, предусмотренные программой практики, на высоком качественном уровне осуществлять образовательный процесс;
- организовать свою деятельность в соответствии с Уставом организации, в которой проходит практика, подчиняться правилам внутреннего распорядка, распоряжениям администрации и методистов практики от Академии и профильной организации. В случае невыполнения требований, предъявляемым к практиканту, последний, может быть отстранен от прохождения практики.

Для получения положительной дифференцированной оценки слушатель должен:

- полностью выполнить программу практики;
- своевременно сдать методисту практики от Академии отчетную документацию, подготовленную в процессе практики;
- защитить результаты практики на итоговой конференции.

Слушатель, не выполнивший программу практики, получивший отрицательный отзыв о работе, считается не прошедшим практику.

Слушатели имеют право по всем по вопросам, возникающим в процессе практики, обращаться к методисту практики от Академии, а также к руководителю практики Академии.

Для оптимизации и наиболее эффективного освоения учебного материала, а также в соответствии с Методическими рекомендациями по организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в образовательных организациях высшего образования (утв. Минобрнауки РФ 08.04.2014 №АК-44/05 ВН) материально-техническое обеспечение образовательного процесса по данному модулю позволяет осуществлять безбарьерное обучение инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп посредством использования следующих методов и средств:

- для **слабослышащих слушателей** – видеоматериалы и презентации по программе практики, методические материалы;
- для **слабовидящих слушателей** – объяснения, беседы, разборы, педагогические анализы учебных занятий и устные методические рекомендации, фиксация звукового материала мероприятий практики с помощью технических средств (диктофон и др.);
- для **слушателей с нарушениями опорно-двигательного аппарата** – работа с документацией, используются все вышеуказанные средства.

Аудитории, в которых проводятся учебные занятия по данному модулю, оснащены видео и аудиотехникой, мультимедийной системой.

Использование в образовательном процессе социально-активных и рефлексивных методов обучения, обеспечение слушателей электронными образовательными ресурсами дают возможность эффективного усвоения учебного материала.

Адаптация фонда оценочных средств данного модуля к специфическим особенностям слушателей с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп позволяет адекватно оценить достижение ими запланированных в модуле результатов обучения и уровень сформированности профессиональных компетенций.

## МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Воронежская государственная академия спорта»  
(ФГБОУ ВО «ВГАС»)

**ОТЧЕТ ПО ПРАКТИКЕ**

слушателя \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

*(фамилия, имя, отчество)*

дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки «Спортивная подготовка по виду спорта (группе видов спорта)» квалификации «Тренер по виду спорта (группе видов спорта), преподаватель»

Место прохождения практики \_\_\_\_\_

Методист практики \_\_\_\_\_

Сроки прохождения практики с «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. по  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Оценка « \_\_\_\_\_ »

Дата защиты отчета: «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Методист практики от академии \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

*(подпись)*

\_\_\_\_\_

*(ФИО)*

Воронеж, 20\_\_

**Лист внесения изменений в рабочую программу практики**  
*(заполняется вручную)*

Номер изменения	Наименование изменения	Дата внесения изменения	Подпись лица, внесшего изменения