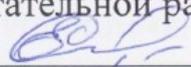


МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Воронежский государственный институт физической культуры»  
(ФГБОУ ВО «ВГИФК»)

СОГЛАСОВАНО

Проректор по учебной и  
воспитательной работе

  
Е.В. Суханова  
«31» января 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ

Ректор ФГБОУ ВО «ВГИФК»

  
А.В. Сысоев  
«31» января 2020 г.



**ПРОГРАММА ПРАКТИКИ**

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

*Квалификация:*

тренер по виду спорта (группе видов спорта), преподаватель

Воронеж, 2019

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. Цель и задачи практики**

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

### **1.2. Задачи практики**

Обучающийся должен решать следующие профессиональные задачи в соответствии с видами профессиональной деятельности:

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).

## **2. Вид практики, способ, форма и место ее проведения**

Практика является частью ОПОП подготовки обучающихся по дополнительной профессиональной программе профессиональной переподготовки «Спортивная подготовка по виду спорта (группе видов спорта)».

Практика реализуется на десятой неделе обучения.

Место прохождения практики – ДЮСШ, 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.

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 практике позволяет осуществлять безбарьерное обучение инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп посредством использования следующих методов и средств:

- для **слабослышащих студентов** – видеоматериалы и презентации по программе практики, методические материалы;
- для **слабовидящих студентов** – объяснения, беседы, разборы, педагогические анализы учебных занятий и устные методические рекомендации; фиксация звукового материала мероприятий практики с помощью технических средств (диктофон);
- для **студентов с нарушениями опорно-двигательного аппарата** – работа с документацией, использование всех выше указанных средств.

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

### 3. Перечень планируемых результатов обучения при прохождении практики

В соответствии с ОПОП практика направлена на формирование у обучающихся следующих компетенций:

Содержание формируемых компетенций	Индекс компетенции
<b>ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ (ПК)</b>	
способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки	ПК-1
способен проводить тренировочные занятия с занимающимися разного пола и возраста, на всех этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе видов спорта)	ПК-2
способен осуществлять измерение и оценку физической, функциональной подготовленности, технических действий занимающихся	ПК-3
способен разработать содержание занятий на основе психолого-педагогических, медико-биологических, гигиенических, организационно-управленческих, нормативно-правовых знаний для занимающихся разного пола и возраста	ПК-4
способен осуществлять организацию и судейство соревнований по виду спорта (группе видов спорта)	ПК-5
способен обучать технике выполнения упражнений, владеть профессиональной терминологией в области физической культуры и спорта	ПК-15

### Результаты обучения

№ п/п	Наименование темы дисциплины (модуля)	Знать, уметь, владеть	Перечень компетенций
1.	Планирование физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы, методическое обеспечение, учет и контроль занятий	<p><b>Знания:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Основы теории и практики физического воспитания.</li> <li>2. Методики физического воспитания, обучения плаванию и спортивным играм.</li> <li>3. Основы спортивной работы организации, проводящую спортивную подготовку.</li> </ol> <p><b>Умения:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Разрабатывать планы учебно-тренировочных занятий на различные временные отрезки, с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей, интересов обучающихся, занимающихся.</li> <li>2. Подбирать методику проведения учебно-тренировочного занятия по виду спорта с учетом возраста, подготовленности,</li> </ol>	ПК-1

		<p>индивидуальных и психофизических особенностей, интересов занимающихся.</p> <p><b>Навыки и/или опыт деятельности:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Разработка плана проведения учебно-тренировочных занятий по виду спорта, по утвержденным программам и методикам физического воспитания с учетом возрастного состава и психофизических особенностей группы.</li> <li>2. Составление расписания проведения тренировочного занятия по виду спорта по утвержденным программам и методикам физического воспитания с учетом возрастного состава группы.</li> <li>3. Совместно с медицинскими работниками контроль физического состояния обучающихся, занимающихся.</li> </ol>	
2.	<p>Разработка содержания и проведение занятий для занимающихся разного пола и возраста, в секциях, группах спортивной и оздоровительной направленности по утвержденным программам</p>	<p><b>Знания:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Основы теории и практики физического воспитания.</li> <li>2. Основы спортивной медицины и спортивной гигиены.</li> <li>3. Методики проведения учебно-тренировочных и спортивно-массовых занятий.</li> </ol> <p><b>Умения:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проводить занятия учебно-тренировочные занятия, в том числе обучать в рамках утвержденных программ и методик физического воспитания навыкам и технике выполнения упражнений.</li> <li>2. Контролировать двигательную активность, физическое состояние обучающихся, занимающихся.</li> <li>3. Разъяснять в доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений.</li> </ol> <p><b>Навыки и/или опыт деятельности:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведения тренировочных занятий с занимающимися, обеспечение роста интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, совершенствование разносторонней технико-тактической подготовленности и индивидуального стиля в виде спорта (группе спортивных дисциплин), стимулирование адаптационных процессов, интегральное совершенствование различных сторон подготовленности занимающегося.</li> <li>2. Обучение занимающихся владению навыками и техникой выполнения упражнений, формирование нравственно-</li> </ol>	<p>ПК-2 ПК-4 ПК-15</p>

		волевых качеств. 3. Контроль и обеспечение безопасного выполнения занимающимися тренировочных упражнений, безопасного использования спортивной техники, оборудования и инвентаря.	
3.	Проведение спортивных, физкультурно-оздоровительных мероприятий	<p><b>Знания:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Основы теории и практики физического воспитания.</li> <li>2. Основы спортивно-массовой работы.</li> <li>3. Основы спортивной медицины и спортивной гигиены.</li> <li>4. Методики проведения спортивно-оздоровительных мероприятий.</li> <li>5. Методики физического воспитания, обучения плаванию и спортивным играм.</li> <li>6. Порядок проведения врачебного контроля и способы оказания доврачебной медицинской помощи.</li> <li>7. Правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники.</li> </ol> <p><b>Умения:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи.</li> <li>2. Пользоваться контрольно-измерительными приборами.</li> <li>3. Пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием.</li> <li>4. Вести отчетную документацию по утвержденной форме.</li> </ol> <p><b>Навыки и/или опыт деятельности:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Оповещение населения о предстоящем спортивно-оздоровительном мероприятии, информирование о проведении спортивно-оздоровительных мероприятий участников и иных заинтересованных лиц.</li> <li>2. Осуществление судейства спортивных соревнований.</li> <li>3. Составление протокола о проведении спортивно-оздоровительного мероприятия.</li> <li>4. Разработка программы спортивного мероприятия.</li> <li>5. Осуществление коммуникации с населением участниками и иными заинтересованными лицами.</li> </ol>	ПК-5
4.	Измерение и оценка физической и функциональной подготовленности занимающихся	<p><b>Знания:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методы оценки физических способностей с учетом возрастных и гендерных различий и способы их интерпретации.</li> </ol> <p><b>Умения:</b></p>	ПК-3

	<p>1. Определять уровень подготовки, мотивации, наличие (отсутствие) медицинских противопоказаний у лиц, проходящих тестирование.</p> <p>2. Пользоваться контрольно-измерительными приборами.</p> <p>3. Пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием.</p> <p><b>Навыки и/или опыт деятельности:</b></p> <p>1. Проведение просмотра и тестирования занимающихся с целью оценки физической и функциональной подготовленности.</p> <p>2. Контроль отсутствия медицинских противопоказаний у лиц, проходящих тестирование.</p> <p>3. Установление корректных требований про проведении просмотра и тестирования.</p>	
--	--	--

#### 4. Место и объем практики

Практика относится к профессиональному блоку программы дополнительной профессиональной переподготовки «Спортивная подготовка по виду спорта (группе видов спорта)».

Вид промежуточной аттестации – дифференцированный зачет.

Общая трудоемкость практики составляет 36 академических часов (1 з.е.).

Виды учебной работы	Всего часов
Самостоятельная работа слушателя, в т.ч. КСР, час	36
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет
Общая трудоёмкость: часы	36
зачетные единицы	1

#### 5. Содержание практики

№ п/п	Разделы (этапы) практики	Виды учебной работы во время практики включая самостоятельную работу студентов	Трудоемкость (в часах)	Формы текущего контроля
1.	Подготовительный этап	Установочное занятие	2	Создание «Дневника практики»
2.	Ознакомительный этап	Встреча и беседа с руководителем организации и коллективом базы практики (заместителями руководителя организации, педагогами дополнительного	0,5	Запись в дневнике

		образования, инструкторами, тренерами, методистами, медицинскими работниками)		
		Инструктаж по технике безопасности	0,5	Запись в журнале по технике безопасности
		Знакомство с нормативно-правовыми документами и особенностями физкультурно-спортивной работы организации, осуществляющей спортивную подготовку.	2	Ознакомление и анализ нормативно-правовых документов, регламентирующих деятельность организации, осуществляющей спортивную подготовку.
3.	Основной этап	Участие в работе педагогического или тренерского совета организации, осуществляющей спортивную подготовку. Изучение планирования (перспективное, текущее) и отчетной документации организации, осуществляющей спортивную подготовку. Составление и ведение журнала учета работы с контингентом	3	План работы педагогического или тренерского совета базы практики. Документы планирования на различные временные сроки деятельности (годовой, квартальный, оперативный), включая индивидуальную работу. Рабочий журнал.
		Разработка конспектов учебно-тренировочных занятий в группах или индивидуально Проведение физкультурно-оздоровительных занятий в группах или индивидуально	8	Конспекты занятий. Заключение с оценкой о проведении занятия.
		Планирование и проведение спортивных мероприятий,	6	Положение о соревновании, приказ о проведении

		проводимого в период практики на базе учреждения или внешнего. Принять участие в работе судей по обслуживанию массовых физкультурно-спортивных мероприятий или соревнований по видам спорта.		соревнования, программа проведенного мероприятия, итоговые протоколы (1 соревнование). Отчет об участии (протокол мероприятия, фотографии работы)
		Проведение досуговых и анимационных мероприятий активного отдыха в группах различной подготовленности с различным контингентом занимающихся ИЛИ Планирование и посещение совместно с занимающимися прикрепленной группы культурно-массового мероприятия по физической культуре и спорту (например: посещение соревнования по виду спорта, музея или выставки по физической культуре и спорту).	4	План мероприятий воспитательной, физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе базы практики. Анализ проведенных мероприятий.
4.	Аналитический этап	Посещение и педагогическое наблюдение на учебно-тренировочных занятиях за деятельностью тренера по виду спорта.	8	Педагогический анализ занятия, анализ педагогической деятельности.
5.	Заключительный этап	Подготовка отчета по практике. Итоговое занятие	2	Составление и защита отчетной документации
ИТОГО:			36	

**6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по практике**

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
ПК-1	<p>A/01.5 Разработка планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся</p>	<p><b>Знает:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Технологии спортивной тренировки в виде спорта (группе видов спорта).</li> <li>2. Особенности построения процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе видов спорта).</li> </ol> <p><b>Умеет:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Рационально моделировать нагрузку для выхода на пик суперкомпенсации занимающегося в заданный промежуток времени.</li> <li>2. Использовать техники оценки подготовленности занимающегося, соответствующие федеральным стандартам спортивной подготовки.</li> </ol> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Составления плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста технического и тактического мастерства, психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, на выполнение занимающимися разрядных требований всех этапов спортивного мастерства.</li> <li>2. Контроля (периодического и текущего) результатов исполнения групповых и индивидуальных планов спортивной подготовки.</li> <li>3. Оценки результативности тренировочного процесса, соотношения нормативных и достижимых значений показателей для занимающегося.</li> <li>4. Проверка выполнения занимающимися плановых заданий и мероприятий, предусмотренных программой спортивной подготовки, индивидуальными планами подготовки.</li> </ol>
ПК-2 ПК-4 ПК-15	<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><b>Знает:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Комплексные методики совершенствования спортивной техники и тактики по виду спорта (группе видов спорта).</li> <li>2. Содержание спортивной тренировки по виду спорта (группе видов спорта).</li> <li>3. Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта.</li> </ol> <p><b>Умеет:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Варьировать параметрами тренировочной программы (объем, интенсивность, частота тренировочных занятий).</li> <li>2. Контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения.</li> <li>3. Рационально моделировать нагрузку для выхода на пик суперкомпенсации занимающегося в</li> </ol>

		<p>заданный промежуток времени, варьировать параметрами тренировочной программы (объем, интенсивность, частота тренировочных занятий).</p> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Контроля выполнения занимающимися упражнений, включенных в план тренировочных занятий по общефизической и специальной подготовке.</li> <li>2. Проведения тренировочных занятий с занимающимися, обеспечение роста интеллектуальной подготовленности в области теории и методики спорта, совершенствование разносторонней технико-тактической подготовленности и индивидуального стиля в виде спорта (группе видов спорта), стимулирование адаптационных процессов, интегральное совершенствование различных сторон подготовленности занимающегося.</li> <li>3. Контроль безопасного выполнения занимающимися тренировочных упражнений, безопасного использования спортивной техники, оборудования и инвентаря.</li> </ol>
ПК-5	С-D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося	<p><b>Знает:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Технологии профессионального спортивного совершенствования спортсменов (спортивной команды) в виде спорта (группе видов спорта).</li> </ol> <p><b>Умеет:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Систематизировать и применять лучшие практики соревновательной стратегии и тактики спортсмена (спортивных команд).</li> <li>2. Управлять действиями спортсмена для повышения надёжности реализации техники в экстремальных условиях соревнований.</li> </ol> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Формирования у занимающихся состояния готовности к соревнованиям, самонастройки, сосредоточения внимания и мобилизации.</li> <li>2. Мониторинга и контроля состояния наилучшей готовности (физической, технической, тактической и психической) занимающегося к спортивным достижениям.</li> <li>3. Правила использования спортивного оборудования и инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений.</li> </ol>
ПК-3	А/03.5 Измерение и оценка физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки	<p><b>Знает:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методы сбора, систематизации и обработки результатов тестирования уровня физической и функциональной подготовленности занимающегося.</li> <li>2. Нормативы физической и функциональной подготовленности занимающихся видом спорта.</li> <li>3. Порядок составления документации по измерению и оценке физической и функциональной</li> </ol>

		<p>подготовленности занимающихся в циклах тренировки.</p> <p>4. Назначение и особенности использования спортивного оборудования и инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений при проведении тестирования уровня физической и функциональной подготовленности занимающихся.</p> <p>5. Содержание и техники комплексного контроля уровня физической и функциональной подготовленности занимающихся, способы их учета в спортивной подготовке: Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта.</p> <p><b>Умеет:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Использовать спортивное оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы и средства измерений, применяемые в практике определения уровня физической и функциональной подготовленности.</li> <li>2. Использовать техники оценки физической подготовленности занимающегося, соответствующие федеральным стандартам спортивной подготовки.</li> <li>3. Использовать систему тестов для контроля и оценки уровня физической и функциональной подготовленности занимающегося.</li> <li>4. Разъяснять занимающимся вопросы организации и методики проведения тестирования уровня физической и функциональной подготовленности.</li> <li>5. Интерпретировать результаты тестирования уровня физической и функциональной подготовленности занимающегося и анализа фактических данных и результатов медицинских и психологических наблюдений.</li> </ol> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Использования спортивного оборудования и инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений.</li> <li>2. Подбора показателей и системы тестов для определения уровня физической и функциональной подготовленности занимающегося.</li> <li>3. Руководство действиями занимающегося во время выполнения тестирования.</li> <li>4. Регистрация и фиксация контрольных показателей физической и функциональной подготовленности занимающегося.</li> <li>5. Анализ фактических данных и результатов медицинских и психологических наблюдений за показателями физической и функциональной подготовленности занимающегося.</li> <li>6. Аналитическая обработка собранных показателей, фактических данных и результатов наблюдений,</li> </ol>
--	--	--

		определение уровня физической подготовленности занимающегося, эффективности соревновательных и тренировочных воздействий.
--	--	---

#### Перечень отчетной документации:

1. Индивидуальный план работы на период практики (Приложение 1).
2. Перечень нормативно-правовых документов, регламентирующих деятельность организации.
3. План работы организации на год. Рабочий план на период практики. Расписание занятий (Приложение 2).
4. Инструкция по технике безопасности и профилактике травматизма при проведении физкультурно-спортивных мероприятий.
5. Конспект трех занятий, направленных на совершенствование общей физической подготовки, специальной физической подготовки, обучение и совершенствование техники вида спорта (Приложение 3).
6. Педагогический анализ трех занятий (отобразить в отчете) (Приложение 4).
7. Положение о соревновании, протоколы, смета, отчет о проделанной работе, фотоотчет, анализ мероприятия (предоставить в письменном виде) (Приложение 5).
8. Положение, сценарий спортивного вечера или праздника. Отчет о проделанной работе (Приложение 5).

#### Критерии оценки

Работа практикантов в зависимости от ее качества оценивается по следующим критериям:

Виды работ	Отчетная документация	Наличие
1. Разработать индивидуальный план работы на период педагогической практики	Индивидуальный план прохождения практики	Обязательное
2. Составить характеристику и нормативно-нормативно правовых документов, регламентирующих деятельность организации	Характеристика нормативно-правовых документов, регламентирующих деятельность организации в форме аналитической записки (введение, актуальность, перечень нормативной базы, принципы действия, существующие проблемы, необходимость совершенствования и т.п.)	Обязательное
3. Разработать план работы организации на год. Рабочий план на период практики. Расписание занятий	План работы организации на год. Рабочий план на период практики. Расписание занятий	Обязательное
4. Разработать инструкцию по технике безопасности и профилактике травматизма на занятиях или физкультурно-спортивных мероприятиях	Инструкция по технике безопасности и профилактике травматизма на занятиях или физкультурно-спортивных мероприятиях	Обязательное
5. Провести самостоятельно 3 занятия	Конспекты занятий. Заключение методиста и представителя организации	Обязательное
6. Педагогический анализ трех	Педагогический анализ трех	Обязательное

занятий	занятий в форме эссе	
7. Проведение (участие) в качестве судьи или волонтера спортивно-массовое мероприятие или соревнование по виду спорта	Положение о соревновании, протоколы, смета по формам принятым в организации. Отчет о проделанной работе, фотоотчет, анализ мероприятия в форме эссе	Обязательное
8. Проведение или посещение воспитательного физкультурно-спортивного мероприятия	План, сценарий спортивного вечера или праздника. Отчет о проделанной работе	Обязательное

### **Форма отчетности по практике**

Аттестация по практике проводится в виде проведения текущего контроля успеваемости и предоставления отчетных документов по программе практики, по итогам которых выставляется зачет.

Учет и оценка деятельности практикантов осуществляют групповые руководители в контакте с методистами базы практик. В итоговой оценке должны учитываться все стороны деятельности практикантов на практике.

По окончании практики студент составляет письменный отчет о достигнутых результатах. Содержание отчета определяется настоящей программой. Отчеты рассматривают групповые руководители практики.

Руководители практики базовых образовательных учреждений дают отзыв (характеристику) о работе каждого практиканта, отмечая в нем (ней) выполнение программы практики, овладение профессиональными знаниями, умениями и навыками, отношение к работе, трудовую дисциплину.

### **7. Информационные, образовательные, научно-исследовательские и научно-производственные технологии, используемые на практике**

В ходе практики обучающиеся используют весь комплекс научно-исследовательских методов и технологий для выполнения различных видов работ.

Для подготовки отчета по практике обучающиеся используют широкий арсенал программных продуктов: Adobe Photoshop, Power Point, Excel, Publisher и другое специальное программное обеспечение.

### **8. Учебно-методическое и информационное обеспечение практики**

#### *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, [1] с. : ил., табл.; 25 см. - (Корифеи спортивной науки).; ISBN 978-5-278-00833-0 (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>, ISBN 978-5- 9500178-0-3.

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. ISBN 978-966-8708-88-6

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>. – На рус. яз.

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>, ISBN 978-5- 906839-21-3.

#### **9. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет» необходимых для освоения практики**

1. Официальные сайты федераций по выбранному виду спорта.
2. Министерство спорта Российской Федерации
3. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
4. Министерство здравоохранения Российской Федерации
5. Официальный интернет-портал правовой информации

#### **10. Материально-техническое обеспечение практики**

Практика проводится в профильных организациях, деятельность которых соответствует компетенциям, осваиваемым в рамках программы, оборудованных в соответствии с требованиями к организации образовательного процесса, 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).

## МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Воронежский государственный институт физической культуры»  
(ФГБОУ ВО «ВГИФК»)

**ОТЧЕТ**  
**о прохождении практики**

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

*Квалификация:*  
тренер по виду спорта (группе видов спорта), преподаватель

Слушатель \_\_\_\_\_  
(Ф.И.О.)

База практики \_\_\_\_\_

Сроки практики:

Начало «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Окончание «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Руководитель практики \_\_\_\_\_  
(должность, Ф.И.О.)

Оценка по практике \_\_\_\_\_

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

Воронеж

## Индивидуальный план

Виды и содержание работ	Сроки работ	Дата выполнения	Форма отчетности

Приложение 2

План работы \_\_\_\_\_ на \_\_\_\_\_ год  
(наименование организации)

Цель: \_\_\_\_\_

Задачи:

1.

2.

...

**Мероприятия по реализации основных направлений деятельности**

№ п/п	Содержание мероприятий	Сроки выполнения	Ответственные
1	2	3	4
<b>1. Организационная работа</b>			
1.1.			
...			
<b>2. Спортивная работа</b>			
2.1.			
...			
<b>3. Воспитательная работа</b>			
3.1.			
...			
Формирование основ мировоззрения социальной активности			
Воспитание сознательного отношения к обучению культуре умственного труда			
Воспитание сознательного отношения к труду			
Нравственное воспитание и воспитание в духе спортивной этики			
Нравственная стимуляция			
<b>4. Финансово-хозяйственная работа</b>			
4.1.			
...			
<b>5. Медицинский контроль</b>			
5.1.			
...			
<b>6. Работа с педагогическими кадрами</b>			
6.1.			
...			
<b>7. Работа с общеобразовательной школой и колледжем</b>			
7.1.			
...			
Повышение квалификации тренеров, их самообразование			
<b>8. Работа с родителями</b>			

8.1.			
...			
<b>9. Контрольно-аналитическая деятельность</b>			
9.1.			
...			

### Рабочий план на период практики

№ п/п	Виды деятельности	Сроки выполнения	Отметка о выполнении (подпись)
1.	Установочное занятие		
2.	Встреча и беседа с руководителем организации и коллективом базы практики (заместителями руководителя организации, педагогами дополнительного образования, инструкторами, тренерами, методистами, медицинскими работниками)		
3.	Инструктаж по технике безопасности		
4.	Знакомство с нормативно-правовыми документами и особенностями физкультурно-спортивной работы организации, осуществляющей спортивную подготовку		
5.	Участие в работе педагогического или тренерского совета организации, осуществляющей спортивную подготовку. Изучение планирования (перспективное, текущее) и отчетной документации организации, осуществляющей спортивную подготовку. Составление и ведение журнала учета работы с контингентом		
6.	Разработка конспектов учебно-тренировочных занятий в группах или индивидуально Проведение физкультурно- оздоровительных занятий в группах или индивидуально		
7.	Планирование и проведение спортивных мероприятий, проводимого в период практики на базе учреждения или внешнего. Принять участие в работе судей по обслуживанию массовых физкультурно-спортивных мероприятий или соревнований по видам спорта		
8.	Проведение досуговых и анимационных мероприятий активного отдыха в группах различной подготовленности с различным контингентом занимающихся ИЛИ Планирование и посещение совместно с занимающимися прикрепленной группы культурно-массового мероприятия по физической культуре и спорту (например: посещение соревнования по виду спорта, музея или выставки по физической культуре и спорту)		
9.	Посещение и педагогическое наблюдение на учебно-тренировочных занятиях за деятельностью тренера по виду спорта		
10.	Подготовка отчета по практике. Итоговое занятие		

### Расписание занятий

Группы	Дни и часы занятий
--------	--------------------

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1	2	3	4	5	6

В расписании указывается группа, время и место проведения тренировочного занятия.

Приложение 3

### Конспект занятия

**Дата проведения:** \_\_\_\_\_

**Место проведения:** \_\_\_\_\_

**Продолжительность:** \_\_\_\_\_

**Метод проведения:** \_\_\_\_\_

**Инвентарь:** \_\_\_\_\_

**Задачи:**

Образовательные задачи:

Оздоровительные задачи:

Воспитательные задачи:

№ п/п	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
<b>I.</b>	<b>Подготовительная часть</b>		
<b>II.</b>	<b>Основная часть</b>		
<b>III.</b>	<b>Заключительная часть</b>		

Приложение 4

### Схема педагогического анализа занятия

Комплексный педагогический анализ учебно-тренировочного занятия включает следующие компоненты: место и задачи в системе годового цикла, организация, содержание, методика, личностные качества тренера-преподавателя, тестирование занимающихся, выводы и рекомендации.

**1. Место занятия** в системе годового планирования и в этой связи адекватность постановки задач. Грамотность формулировки поставленных задач (воспитание, развитие, совершенствование физических качеств, ознакомление, изучение, совершенствование технико-тактических действий).

**2. Организация занятия:**

- тип занятия, подготовка группы к нему;
- структура построения занятия, рациональность подбора упражнений для решения задач в каждой части занятия (содержание, дозировка нагрузки);
- соответствие объема и интенсивности нагрузки специальной подготовленности занимающихся и задачам учебно-тренировочного занятия;
- плотность занятия;
- использование и оптимальность сочетания методов организации тренировки (индивидуальный, групповой, фронтальный, круговой и др.).

**3. Содержание занятия:**

- соответствие содержания занятия требованиям программы, по которой работает тренер;
- адекватность подбора упражнений в каждой части тренировки;
- специализированность содержания нагрузки (специфические, неспецифические упражнения) и ее соответствие этапу обучения (этап начальной подготовки, учебно-тренировочный этап, этап спортивного совершенствования);
- направленность тренировочных нагрузок;

– рациональность использования подводящих и основных упражнений (выполнение двигательного действия по частям и целостное выполнение) на этапах обучения.

**4. Методика проведения занятия:**

– использование различных методических приемов обучения, заданий различного характера;

– педагогически оправданный подбор методов обучения на этапах занятия (словесный, наглядный, практический, игровой, соревновательный и др.), соответствие методов обучения и тренировки содержанию и задачам занятия, возрасту и уровню подготовленности обучающихся;

– целесообразное сочетание групповой и индивидуальной работы занимающихся в зависимости от задач тренировки;

– осуществление тренером контроля нагрузки, коррекция дозировки;

– методические приемы исправления ошибок;

– оценка действий занимающихся - поощрение, наказание;

– содержательная логика учебно-тренировочного занятия;

– использование на занятиях технических средств обучения, специального оборудования;

– соблюдение санитарно-гигиенических требований и техники безопасности.

**5. Личностные качества тренера:**

– профессиональное общение: тон, стиль отношений, манера общения с группой и отдельными занимающимися;

– умение управлять группой, педагогический такт, эрудиция;

– четкость и грамотность речи тренера при командах, объяснениях, замечаниях и общении с занимающимися.

**6. Выводы и практические рекомендации:**

– выполнение плана учебно-тренировочного занятия;

– оптимальность выполнения задач тренировки;

– особенно интересное и поучительное на занятии;

– что произвело на занятии наибольшее впечатление;

– замечания;

– оценка занятия.

Приложение 5

**План подготовки и проведения соревнований (мероприятий)**

(название)			
№ п/п	Мероприятие	Сроки выполнения	Ответственный

Разделы Положения:

– цель и задачи;

– сроки и место проведения;

– руководство проведением;

– участники соревнований;

– программа соревнований;

– определение победителей;

– награждение;

– заявки и финансирование.