

«УТВЕРЖДАЮ»

И.о. директора института физической  
культуры, спорта и безопасности  
жизнедеятельности



/ А. А. Шахов /

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
Б2.В.01.01(У)  
УЧЕБНОЙ ОЗНАКОМИТЕЛЬНОЙ ПРАКТИКИ**

**Направление подготовки:** 49.03.01 Физическая культура

**Направленность (профиль):** Физкультурное образование

**Квалификация (степень):** бакалавр

**Форма обучения:** заочная

**Институт:** физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности

**Кафедра:** физической культуры, профессиональной физической подготовки и безопасности жизнедеятельности

	<b>очная форма</b>	<b>очно-заочная форма</b>	<b>заочная форма</b>
<b>Курс</b>	-	-	<b>3</b>
<b>Семестр / триместр</b>	-	-	<b>6</b>
<b>Контактная работа</b>	-	-	<b>0,5</b>
<b>Форма(ы) промежуточной аттестации</b>	-	-	<b>зачет с оценкой</b>
<b>Контроль</b>	-	-	-
<b>Иные формы работы</b>	-	-	-
<b>Самостоятельная работа</b>	-	-	<b>107,5</b>
<b>в т.ч. самостоятельная практическая подготовка</b>	-	-	<b>107,5</b>

**Всего часов: 108 часов**

**Трудоемкость: 3 зачетных единиц.**

Разработчик(и) рабочей программы:

старший преподаватель \_\_\_\_\_ Прокофьев И.Е.  
подпись

ЕЛЕЦ-2024

## 1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

### **Цель практики:**

- закрепление теоретико-методической подготовки обучающихся, приобретение ими опыта самостоятельной профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта на основе формирования профессиональных компетенций и личностных качеств будущего тренера по спорту;
- профессиональная подготовка обучающихся в процессе самостоятельного решения задач, организации и проведения учебно-тренировочных занятий в избранном виде спорта и участия в развитии массовой физической культуры и спорта.

### **Задачи практики:**

1. Содействовать становлению личности бакалавра, углублению чувства ответственности за свою деятельность, убежденности в ее социальной важности и усилению потребности в самосовершенствовании.
2. Обеспечить практическое освоение основных профессиональных функций в планировании и организации учебно-тренировочного процесса, в управлении группой, контроля эффективности тренировочных нагрузок.
3. Ознакомить с современными возможностями и достижениями в области спортивной подготовки, с опытом спортивно-массовой работы профильных организаций в области физической культуры и спорта, используемых ими форм организации спортивных мероприятий, приемов и средств обучения и воспитания обучающихся.
4. Закрепить навыки и умения применения личностно-ориентированного подхода в физкультурной и спортивной подготовке детей и подростков, осуществляя целостный учебно-тренировочный процесс в соответствии с разработанными программами в области физической культуры и спорта.
5. Научить приемам целесообразного взаимодействия со спортсменами, способствовать развитию физической культуры личности детей путем демонстрации их спортивных достижений на спортивных соревнованиях, мотивировать их к активному участию в спортивно - массовой деятельности, к достижению спортивных результатов.
6. Закрепить навыки учета и контроля за состоянием физического развития и уровнем физической подготовленности занимающихся спортом с применением адекватных и современных медико - биологических и педагогических методов обследования.
7. Сформировать личностные качества будущего тренера по физической культуре спорту: мотивационную направленность на профессиональную деятельность, мировоззрение и понимание значимости профессии, творческое отношение к ней, психологическую готовность работать в образовательных организациях, потребность в самообразовании.

Место практики в структуре основной образовательной программы высшего образования (ОПОП ВО): Практика Б2.В.01.01(У) «Ознакомительная практика» реализуется в рамках части, формируемой участниками образовательных

отношений, блока Б2. Практика.

### Планируемые результаты при прохождении практики

Код компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-1	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы поиска информации и работы с ней;</li> <li>- сущность системного подхода.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализировать задачу, выделять этапы ее решения, осуществлять действия по решению;</li> <li>- находить различные варианты решения задачи, оценивать их преимущества и риски;</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками оценивания практических последствий возможных вариантов решения задачи;</li> <li>- навыками грамотного, логичного, аргументированного формулирования собственных суждений и оценок</li> </ul>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные методы поиска информации в сфере физической культуры и спорта, а также методы работы с учебно-методической литературой, др. видами информационных источников, анализа, обобщения, интерпритации и т.д.;</li> <li>- сущность системного подхода.</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять, анализировать и решать основные задачи в процессе осуществления физкультурно-спортивного образования.</li> </ul> <p><b>Владеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками оценивания и прогнозирования результатов возможных путей решения задач и на основе этого навыками выбора наиболее эффективных способов их решения.</li> </ul>
УК-3	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели;</li> <li>- особенности поведения разных групп людей, с которыми работает/взаимодействует.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять свою роль в команде;</li> <li>- устанавливать разные виды коммуникации (учебную, деловую, неформальную и др.);</li> <li>- оценивать последствия личных действий и планировать последовательность шагов.</li> </ul>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технологии сотрудничества и плодотворной работы в команде для достижения поставленных целей;</li> <li>- особенности поведения и социального статуса различных групп населения, общества, с которыми необходимо контактировать, работать в рамках достижения поставленной цели и решения практических задач.</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определить свою роль в команде, в рамках взаимодействия с другими субъектами практической деятельности в рамках достижения целей и решения поставленных задач;</li> <li>- устанавливать различные виды коммуникаций в рамках взаимодействия с иными субъектами команды;</li> <li>- анализировать, давать оценки и корректировать по ходу взаимодействия последствия личной</li> </ul>

	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками эффективного взаимодействия с другими членами команды, в т.ч. участия в обмене информацией, знаниями и опытом, в презентации результатов работы команды.</li> </ul>	<p>деятельности, направленной на достижение и решение задач.</p> <p><b>Владеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- полным набором навыков и компетенций эффективного взаимодействия с другими членами команды в процессах обмена информацией, знаниями и опытом, технологиями достижения целей и решения конкретных практических задач.</li> </ul>
ПКС-1	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- теоретические и практические основы тренерской деятельности;</li> <li>- методы тренировки в избранных видах спорта;</li> <li>- современные российские и зарубежные теории в области методики спорта, тенденции их развития;</li> <li>- средства контроля соревновательной и тренировочной деятельности;</li> <li>- способы интерпретации педагогического опыта;</li> <li>- приёмы моделирования и проектирования систем тренировки и технологий тренировочной деятельности.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выявлять и обосновывать достоинства и недостатки методик тренировочного и соревновательного процесса, а также его применимость в условиях конкретной физкультурно- спортивной организации;</li> <li>- применять на практике передовой педагогический опыт;</li> <li>- осуществлять мониторинг качества образовательной деятельности.</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- современными педагогическими методами обучения и воспитания;</li> <li>- разработкой методических и учебных материалов для внедрения новейших методик в практику тренировочного и соревновательного процесса в конкретных физкультурно-спортивных организациях.</li> </ul>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- теорию и практику организации тренировочного процесса, теоретические и практические основы и особенности тренерской деятельности в избранном виде спорта;</li> <li>- основные методы и средства тренировки, особенности организации тренировочного процесса в избранном виде спорта;</li> <li>- современные методики и технологии организации многолетней спортивной подготовки в избранном виде спорта;</li> <li>- основные средства контроля различных сторон тренированности юных спортсменов и в целом соревновательной и тренировочной деятельности.</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценивать и корректировать, а также моделировать методики организации тренировочного и соревновательного процессов, а также применять их на практике в условиях работы конкретной физкультурно-спортивной организации;</li> <li>- применять на практике ведущие методики и технологии построения процесса спортивной подготовки в избранном виде спорта.</li> </ul> <p><b>Владеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- современными педагогическими методами, технологиями и методиками обучения, спортивной тренировки;</li> <li>- способностью разработки новых перспективных методик организации тренировочного процесса, разработки новых учебно-методических пособий и материалов и способностью внедрения их в практику в рамках деятельности</li> </ul>

		конкретных физкультурно-спортивных организаций.
--	--	-------------------------------------------------

**Вид практики (в соответствии с ФГОС ВО):** учебная практика

**Тип практики:** ознакомительная практика

**Способы проведения практики:** стационарная

**Формы проведения практики:** непрерывная

## **II. СОДЕРЖАНИЕ И ОБЪЕМ ПРАКТИКИ**

**с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем и на самостоятельную работу**

### **Заочная форма обучения**

#### **2.1. Объем и продолжительность практики (зачетные единицы, недели):**

Объем практики - 3 зачетных единицы.

Объем контактной работы – 0,5 часа.

Объем самостоятельной работы обучающихся – 107,5 часов.

Продолжительность практики – 2 недели.

#### **2.2. Содержание заданий, раскрывающих основные виды деятельности студентов на практике:**

##### **1 этап подготовительный:**

##### **1-неделя (1-3-й день)**

1. Ознакомление с учебно-воспитательной работой профильной организации: беседа с администрацией, тренерами; изучение планов работы; анализ расписания занятий; посещение занятий и спортивных мероприятий.

2. Изучение программ, учебников и журналов по физическому воспитанию и спорту, многолетнее планирование учебно-тренировочного процесса по видам спорта. Наблюдение за деятельностью тренеров.

##### **2 этап основной, результативно-аналитический этап:**

##### **1-2–недели (4-12-й день)**

1. Анализ учебной работы тренера по спорту, в том числе подготовка спортивного инвентаря, подготовка базы для проведения учебно-тренировочных занятий и спортивно-массовых мероприятий.

2. Анализ воспитательной работы в группах.

3. Проведение методической и самостоятельной работы: участие в работе методического объединения тренеров, ознакомление с опытом работы спортивной школы, наблюдение за опытом рациональной организации и построении тренировочного процесса подготовки спортсменов.

4. Организация и проведение различных частей учебно-тренировочных занятий по видам спорта.

**Очная форма обучения (не реализуется)**

**Очно-заочная форма обучения (не реализуется)**

### **III. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ИТОГАМ ПРОХОЖДЕНИЯ ПРАКТИКИ**

#### **3.1. Формы отчетности по итогам прохождения практики:**

По окончании учебной ознакомительной практики каждый обучающийся представляет следующую документацию:

1. Задание на практику.
2. Аттестационный лист.
3. Дневник практиканта.
4. Творческий отчет.
5. Характеристику.
6. Анализ учебно-тренировочного занятия по виду спорта.

По окончании практики студент-практикант в двухдневный срок составляет письменный отчет и сдает его руководителю практики от университета одновременно с дневником, аттестационным листом и характеристикой, подписанными непосредственным руководителем практики от профильной организации.

Отчет должен содержать сведения о конкретно выполненной студентом работе в период практики.

Защита отчетов по практике проходит на кафедре физической культуры, профессиональной физической подготовки и безопасности жизнедеятельности в виде отчетной конференции, на которой обучающиеся выступают с кратким отчетом о проделанной работе, делятся своими впечатлениями, отмечают недостатки, высказывают пожелания.

По окончании практики должна быть подготовлена презентация.

По итогам учебной ознакомительной практики на 3 курсе (6 семестр) выставляется **зачет с оценкой**.

Учет и оценку деятельности обучающихся осуществляют руководитель и методист практики от университета совместно с представителями профильной организации (базы практики). Деятельность обучающегося оценивается с учетом творческого подхода к учебной, учебно-тренировочной, организационной, физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работе и ее эффективности, качества отчетной документации.

Критерии оценки результатов практики:

1. систематичность работы в период практики;
2. ответственное отношение к выполнению заданий, поручений;

3. качество выполнения заданий, предусмотренных программой практики;
4. качество оформления отчетных документов по практике.

Критерии оценки отчетной документации:

1. своевременная сдача отчетной документации;
2. качество оформления (все графы и страницы заполнены, подробно описано содержание работ и т.п.);
3. чёткое и правильное оформление мыслей в письменной речи;
4. орфографическая грамотность;
5. умение анализировать, сравнивать и обобщать полученные результаты, делать выводы.

### **3.2. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по итогам прохождения практики**

#### **3.2.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы**

<b>№ п/п</b>	<b>Код контролируемой компетенции (или её части) и ее формулировка</b>	<b>Контролируемые разделы (этапы) практики</b>	<b>Наименование оценочного средства</b>
<b>1</b>	<b>УК-1</b> Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	Подготовительный этап, основной, результативно-аналитический этап)	самостоятельно строить процесс овладения информацией, отобранной и структурированной для выполнения профессиональной деятельности. Проводить наблюдение и анализ деятельности тренера и спортсменов в процессе многолетней подготовки, делать выводы.
<b>2</b>	<b>УК-3</b> Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	Подготовительный этап, основной, результативно-аналитический этап)	Оформление отчетной документации. Анализ тренировочного занятия.



3	<b>ПКС-1</b> Способен подготовить занимающихся для достижения спортивных результатов и осуществлять руководство состязательной деятельностью в избранном виде спорта	Основной, результативно-аналитический этап)	Оформление отчетной документации. Проведение различных частей учебно-тренировочного занятия; подбирать средства и методы согласно этапу подготовки. Участие в организации мероприятия по физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе (положение мероприятия).
---	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### 3.2.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Результаты (освоенные компетенции)	Контролируемые разделы (этапы) практики	Основные показатели оценки результата	Критерии оценивания компетенции
<b>УК-1</b>	Подготовительный этап, основной, результативно-аналитический этап	Оформление отчетной документации, необходимой для прохождения оздоровительной практики, в соответствии с требованиями	Квалифицированно применять и анализировать результаты применения современных методик и технологий в организационной деятельности спортивной школы, - проектировать и осуществлять отбор методов диагностики и оценивания качества учебно-тренировочного процесса ; использовать различные методы, приемы и формы организации и руководства деятельностью занимающихся, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической подготовленности;

<b>УК-3</b>	Подготовительный этап Основной этап (результативно-аналитический)	Оформление отчетной документации, необходимой для прохождения учебной практики, в соответствии с требованиями	Квалифицированно применять и анализировать результаты применения современных методик и технологий в организационной деятельности спортивной школы, - проектировать и осуществлять отбор методов диагностики и оценивания качества учебно-тренировочного процесса ; - использовать различные методы, приемы и формы организации и руководства деятельностью занимающихся, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической подготовленности; - эффективно общаться и взаимодействовать с участниками учебно-тренировочного процесса;
<b>ПКС-1</b>	Основной этап (экспериментально-деятельностный, рефлексивно-оценочный)	Оформление отчетной документации, необходимой для прохождения оздоровительной практики, в соответствии с требованиями	- проектировать и осуществлять отбор методов диагностики и оценивания качества учебно-тренировочного процесса, использовать различные методы, приемы и формы организации и руководства деятельностью занимающихся, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической подготовленности; -применять приемы страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности; - эффективно общаться и взаимодействовать с участниками образовательного процесса - использовать в практике средства, методы и приемы оценки физического состояния и техники выполнения физических упражнений занимающихся в процессе их двигательной деятельности.

### 3.2.2. Описание шкалы оценивания

«Зачтено (с оценкой «отлично»)» - обучающийся своевременно выполнил весь объем работы, требуемый программой практики, показал глубокую теоретическую, методическую, профессионально-прикладную подготовку; умело применил полученные знания во время прохождения практики, показал владение

традиционными и альтернативными методами, современными приёмами в рамках своей профессиональной деятельности, точно использовал профессиональную терминологию; ответственно и с интересом относился к своей работе, грамотно, в соответствии с требованиями сделал анализ проведённой работы; отчет о практике выполнил в полном объеме, результативность практики представлена в количественной и качественной обработке, продуктах деятельности, обучающийся показал сформированность общепрофессиональных и профессиональных компетенций.

«Зачтено (с оценкой «хорошо»)» - обучающийся демонстрирует достаточно полные знания всех профессионально-прикладных и методических вопросов в объеме программы практики; полностью выполнил программу, но допустил незначительные ошибки при выполнении задания, владеет инструментарием методики в рамках своей профессиональной подготовки, умением использовать его; грамотно использует профессиональную терминологию при оформлении отчетной документации по практике.

«Зачтено (с оценкой «удовлетворительно»)» - обучающийся выполнил программу практики, однако в процессе работы не проявил достаточной самостоятельности, инициативы и заинтересованности, допустил существенные ошибки при выполнении заданий практики, демонстрирует недостаточный объем знаний и низкий уровень их применения на практике; неосознанное владение инструментарием, низкий уровень владения профессиональным стилем речи; низкий уровень оформления документации по практике.

«Не зачтено» - обучающийся владеет фрагментарными знаниями и не умеет применять их на практике, обучающийся не выполнил программу практики, не проявил инициативу, не представил рабочие материалы, не проявил склонностей и желания к работе, не представил необходимую отчетную документацию.

### **3.2.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы**

#### **3.2.3.1. Памятка для ведения дневника в период учебной практики**

Дневник является документом, отражающим содержание работы во время учебной ознакомительной практики, рост мастерства в профессиональной деятельности. Записи в дневнике носят обучающий характер. Они должны отражать не только фактические данные, но и анализ, трудности, выводы и предложения для совершенствования учебно-тренировочного процесса и профессиональной подготовки.

Для наиболее плодотворных записей в дневнике практикантам предлагаются следующие советы:

1. Общие впечатления о профильной организации, к которой прикрепляется студент для работы в качестве тренера.

2. Постановка задач на предстоящую неделю.
3. Записи и анализ проводимой тренерской работы для решения задач в подготовке спортсменов и достижения высоких результатов в спорте. Оценка этой работы.
4. В дневнике должна найти отражение работа с тренерским активом профильной организации.
5. Индивидуальная работа со спортсменами, прикрепленной группы.
6. Записи должны носить деловой характер, систематически отражать объем проделанной работы, трудности и успехи в решении задач.
7. В конце каждой недели, желательно, делать итоговые записи о том, удалось ли выполнить намеченный план и провести корректировку плана работы на предстоящую неделю.

### **3.2.3.2. Примерная форма отчета обучающихся о проведении учебной практики**

Отчет обучающегося – это письменный анализ всей проведенной им работы за время учебной практики с отражением своих успехов и недостатков, предложений и пожеланий для дальнейшего улучшения подготовки студентов к профессиональной деятельности. Отчет пишется в следующей форме:

#### **ОТЧЕТ ОБ УЧЕБНОЙ ОЗНАКОМИТЕЛЬНОЙ ПРАКТИКЕ**

выполнил обучающийся \_\_\_\_\_ курса группы \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(ФИО полностью)

Объём отчета о прохождении практики должен быть от 3 до 5 страниц компьютерного текста, набранного в текстовом редакторе Word и распечатанного на стандартных листах бумаги формата А4.

Структура отчета о прохождении практики:

1. Введение.
2. Основная часть.
3. Заключение.

Во введении указываются сроки прохождения практики, наименование организации, где обучающийся проходил практику, подразделение, руководитель практики от профильной организации, цели и задачи практики.

Основная часть состоит из двух разделов.

В первом разделе дается краткая характеристика организации, цели и задачи организации, принципы организации и основные направления деятельности профильной организации, функции структурного подразделения, где обучающийся проходил практику, нормативные документы, которыми руководствовался практикант во время прохождения практики. В этом разделе отражается работа по

прохождению инструктажа по ознакомлению с требованиями охраны труда, техники безопасности, пожарной безопасности, а также правилам внутреннего распорядка.

Во втором разделе содержится развернутая характеристика выполненной работы:

- сведения о выполненных обучающимся заданиях, раскрывающих основные виды деятельности практиканта во время прохождения практики;
- сведения о закреплении / углублении теоретических знаний, приобретении практических навыков;
- недостатки / упущения / трудности, имевшие место при прохождении практики;
- выводы о достижении цели и выполнении задач практики;
- другие сведения, отражающие прохождение практики обучающимся.

В заключении подводятся итоги практики, отражаются полученные навыки и практические умения, освоенные компетенции в соответствии с учебным планом; степень выполнения программы практики; предложения, направленные на улучшение организации в проведении практики.

Для написания полноценного отчета Вам необходимо будет ответить на следующие вопросы:

1. Сколько занятий Вы провели за время практики? Какую пользу принесло Вам знакомство с методической работой профильной организации? Какие ценные методические приемы, у каких тренеров были заимствованы Вами и использованы при проведении своих тренировочных занятий (или структурных частей занятий)?

2. Число данных Вами занятий (или структурных частей занятий), в том числе с применением технических средств обучения. Какие наглядные пособия были использованы Вами?

3. Какие трудности испытывали Вы при подготовке и проведению структурных частей занятий, и какая помощь была оказана Вам руководителем практики?

4. Как осуществлялась на Ваших занятиях связь обучения с воспитанием.

5. Степень овладения Вами умений и навыков организации и проведения занятий: Ваших теоретических знаний (по методике обучения технико-двигательных действий и воспитания физических качеств): умение использовать их на практике; знание планирования подготовки (микроциклов); практическое владение методикой изложения материала (заданий, средств) и организации занятий, умений следить за дисциплиной, использовать приемы активизации деятельности занимающихся в спортивной группе.

6. Какие мероприятия были проведены за время практики для решения поставленных задач? Какие были организованы намеченные мероприятия? Перечислить достигнутые Вами результаты.

7. Удовлетворены ли Вы результатами практики? Как Вы стали относиться к избранной профессии? Не разочаровались ли Вы в ней?

8. Как относился к Вам тренерский состав профильной организации?

9. Ваше участие в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях?

10. Чему Вам необходимо научиться, чтобы стать хорошим тренером?

11. Общие впечатления о практике, замечания предложения по совершенствованию ее проведения.

Подпись практиканта.

## **Схема педагогического анализа и наблюдения**

### **I. Подготовленность тренера к занятию**

#### *1. Состояние конспекта урока:*

- степень конкретизации и грамотность формирования поставленных задач, их соответствие плану на год и т.д.;

#### *2. Подготовка условий для успешного проведения урока*

- Подготовка мест занятий, инвентаря и пособий, чистоты мест проведения занятий.

### **II. Проведение занятия**

#### *1. Организационное обеспечение занятия*

- своевременность начала и окончания учебно-тренировочного занятия;  
- обеспечение занятости всей группы при установке и уборке инвентаря;  
- правильность и четкость команд;  
- организация фронтальной, групповой и индивидуальной деятельности занимающихся;  
- умение тренера держаться перед учащимися.

#### *2. Учебно-воспитательная работа педагога.*

- умение тренера конкретизировать и разъяснять задачи, побуждать занимающихся к проведению сознательной активности, волевых усилий; соответствие намеченных средств задачам, возрасту спортсменов, этапу подготовки;  
- соответствие объема и интенсивности тренировочной нагрузки данному этапу подготовки;  
- соблюдение принципов построения тренировочного процесса;  
- умение пользоваться методами словесного и наглядного воздействия, практических упражнений;

#### *3. Деятельность занимающихся спортсменов*

- заинтересованность занимающихся;  
- отношение спортсменов к тренеру и друг к другу, внешний вид и дисциплинированность;  
- взаимоконтроль и взаимопомощь.

### **III. Заключение по занятию**

1. Степень решения задач учебно-тренировочного процесса.
2. Наиболее эффективные и оригинальные приемы и методы обучения техники двигательных действий и воспитания физических качеств, организации тренировочного процесса. Недостатки.
3. Профессиональный уровень тренера (теоретическая, методическая, речевая и двигательная подготовленность).
4. Предложение по устранению обнаруженных недостатков.
5. Общая оценка занятия.

#### **Главные вопросы в анализе:**

- задачи и их осуществление;
- соответствие средств задачам учебно-тренировочного занятия;
- построение занятия, его части, слитность;
- физическая нагрузка, объем и интенсивность нагрузки;
- эмоциональность;
- методы тренировочного процесса;
- исправление ошибок;
- индивидуальный подход;
- воспитательная работа;
- задание на дом;
- подведение итогов занятия;
- физическая подготовленность занимающихся, дисциплина, внешний вид, активность, помощь тренеру;
- внешний вид тренера, умение держать себя, владение группой;
- страховка и взаимная помощь; место занятий (состояние, подготовленность, наличие оборудования инвентаря);
- общие выводы и предложения.

#### **Вывод:**

1. Определить правильность (обоснованность) распределения нагрузки и выбор средств в подготовительной, основной и заключительной части учебно-тренировочного занятия.
2. Определить соответствие подобранных средств и методов поставленной задаче.
3. Определить правильность (обоснованность) выбора различных методов организации деятельности в соответствии с условиями проведения учебно-

тренировочного занятия, уровнем подготовленности и возрастными особенностями спортсменов в группе.

4. Предложение для повышения эффективности учебно-тренировочного процесса

Подпись практиканта

### 3.4. Организация практики

#### 3.4.1. Этапы практики:

Подготовительный, основной, результативно-аналитический.

№ п/п	Разделы (этапы) практики	Виды учебной работы во время практики	Формы текущего контроля
1.	Подготовительный Этап	Установочная конференция на кафедре спортивных дисциплин	Отметка в журнале посещаемости
2.	Основной	Встреча и беседа с руководителем профильной организации и коллективом базы практики (заместителями руководителя организации, тренерским составом, медицинскими работниками).	Запись в дневнике
		Инструктаж по технике безопасности.	Подпись в журнале по технике безопасности
		Знакомство с нормативно-правовыми документами и особенностями учебно-воспитательной работы профильной организации.	Планирование работы спортивной школы.
		Оценка санитарно-гигиенического состояния мест проведения занятий, спортивного инвентаря и оборудования.	Разработка предложений по улучшению санитарно-гигиенического состояния обследуемого объекта.
		Изучение технологии планирования профессиональной деятельности Тренера	Индивидуальный план работы студента на период практики.
		Изучение и составление документов планирования и контроля, в соответствии с которыми осуществляется работа организации.	Составление микроциклов тренировочного процесса.
		Разработка конспектов структурных частей занятий с учетом учебно-методических, физиологических основ обучения и воспитания.	Анализ занятий, составление конспектов занятий



		Участие в организации и проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.	Анализ занятий, составление положений мероприятий (виды мероприятий на выбор студента).
		Участие в организации и проведении спортивно-массового мероприятия (соревнования по различным видам спорта и т.п.).	Положение о соревновании (или мероприятии).
		Посещение и наблюдение за деятельностью тренера и других студентов-практикантов.	Педагогический анализ занятия (хронометрирование, пульсометрия).
		Участие в организации и проведении педагогического тестирования физической подготовленности учащихся определенной возрастной группы спортсменов.	Протокол обследования физической подготовленности учащихся
		Самостоятельная работа.	Запись в дневнике.
3	Результативно-аналитический этап	Подготовка отчета по практике.	Отчетная документация.
		Итоговая конференция.	Защита отчетной документации. Зачет с оценкой

### 3.4.2. Базы практики:

Учебная ознакомительная практика проходит на базе организаций, направленность деятельности которых соответствует профилю подготовки обучающихся.

## IV. ПЕРЕЧЕНЬ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ПРАКТИКИ

### 4.1. Основная литература

1. Дисько, Е.Н. Основы теории и методики спортивной тренировки : учебное пособие : [12+] / Е.Н. Дисько, Е.М. Якуш. – Минск : РИПО, 2019. – 252 с. : ил., схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497462> (дата обращения: 01.09.2024). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-985-503-802-4. – Текст : электронный.
2. Фискалов, В.Д. Теоретико-методические аспекты практики спорта : учебное пособие : [12+] / В.Д. Фискалов, В.П. Черкашин. – Москва : Спорт, 2020. – 352 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454239> (дата обращения: 01.09.2024). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-906839-21-3. – Текст : электронный.

### 4.2. Дополнительная литература

1. Кокоулина, О.П. Основы теории и методики физической культуры и спорта : учебно-практическое пособие / О.П. Кокоулина. - Москва : Евразийский открытый институт, 2019. - 144 с. - ISBN 978-5-374-00429-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=90952> (дата обращения: 01.09.2024).

2. Минникаева, Н.В. Теория и методика физической культуры: избранные лекции : учебное пособие / Н.В. Минникаева, С.В. Шабашева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Кемеровский государственный университет». - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2016. - 144 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-8353-1921-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481577> (дата обращения: 01.09.2024).

3. Харисова, Л.М. Организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой деятельности : учебное пособие / Л.М. Харисова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Костромской государственный университет имени Н. А. Некрасова. - Кострома : КГУ им. Н. А. Некрасова, 2021. - 370 с. : ил., табл., схем. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-7591-1258-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=275636> (дата обращения: 01.09.2024).

#### **V. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

№ пп	Ссылка на информационный ресурс	Наименование разработки в электронной форме	Доступность
1.	<a href="http://edu.ru/">http://edu.ru/</a>	<b>Российское образование: Федеральный портал.</b> Включает ссылки на порталы и сайты образовательных учреждений; государственные образовательные стандарты; нормативные документы; каталог экскурсий и обучающих программ.	Свободный доступ

#### **VI. СОВРЕМЕННЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ БАЗЫ ДАННЫХ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ**

1.	<a href="http://www.biblioclub.ru">http://www.biblioclub.ru</a>	Электронно-библиотечная система (ЭБС) Университетская библиотека онлайн	Регистрация через любой университетский компьютер. В дальнейшем индивидуальный неограниченный доступ из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет
2.	<a href="http://www.elibrary.ru">www.elibrary.ru</a>	Российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования	Свободный доступ

## **VII. ЛИЦЕНЗИОННОЕ И СВОБОДНО РАСПРОСТРАНЯЕМОЕ ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

При реализации учебной ознакомительной практики применяется следующее лицензионное и свободнораспространяемое программное обеспечение:

- Microsoft Windows;
- Microsoft Office;
- LibreOffice и др.

## **VIII. ОБОРУДОВАНИЕ И ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИКИ**

Материально-техническая база организации, в которой проводится учебная ознакомительная практика, помещения, соответствуют действующим санитарным и противопожарным нормам, а также требованиям технической безопасности при проведении учебных работ.