

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Зекрин Фанави Уайбрахманович
Должность: Ректор
Дата подписания: 04.11.2023 18:10:01
Уникальный программный ключ:
8d1b39193cdad8918b8873b6591d9ef237c1a2d2

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И
СПОРТА»
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

Кафедра Теории и методики единоборств

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ПРАКТИКЕ

Б2.О.02(У) Учебная практика: тренерская

Направление подготовки - 49.03.04 Спорт

Профиль «Спортивная подготовка в единоборствах. Тренерско-преподавательская деятельность в образовании»

Уровень образования – бакалавр

Формы обучения – очная, заочная

Методические
материалы
разработаны

А.М. Лукиной, ст. преподаватель

Утверждены на заседании кафедры Теории и методики единоборств
Протокол № 32 от 11.04.2023 г.

1 ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ: ТРЕНЕРСКОЙ

Вид, тип практики, способ организации и форма ее проведения

Вид практики: учебная

Тип практики: тренерская

Способ организации практики: стационарная, выездная.

Целью учебной практики: тренерской (далее – практика) является приобретение первичных профессиональных умений, навыков и опыта профессионально-практической деятельности, способствующих формированию общепрофессиональных и профессиональных компетенций, предусмотренных ФГОС ВО и ОПОП.

Объем практики в зачетных единицах и ее продолжительности в неделях в академических часах

Трудоёмкость учебной практики: тренерской составляет 6 зачётных единиц, 216 академических часов, 4 недели.

Учебным планом по направлению подготовки 49.03.04 Спорт по учебной практике: тренерской предусмотрен зачёт с оценкой:

- для обучающихся очной формы обучения в 7 семестре,
- для обучающихся заочной формы обучения в 8 семестре.

Для обучающихся очной формы обучения зачёт с оценкой проводится в форме защиты отчёта по практике и ответов на вопросы руководителя учебной практики от профильной организации и руководителя практики от кафедры. Для обучающихся заочной формы обучения – собеседование с руководителем практики от кафедры.

Место практики в структуре образовательной программы

Учебная практика: тренерская относится к обязательной части блока 2 «Практика» и реализуется на 4 курсе в 7 семестре ОФО, на 4 курсе 8 семестре ЗФО.

При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа практики.

Практика направлена на получение первичных профессиональных умений и навыков, закрепление и расширение полученных теоретических знаний, приобретение первоначального практического опыта работы.

Содержание разделов практики

№ п/п	Раздел практики	Виды работ, осуществляемые при прохождении практики, включая самостоятельную работу обучающегося
1	Организационный раздел	1. Организационное собрание с руководителем практики от кафедры и руководителем практики от профильной организации

		<p>2. Прохождение инструктажа по ознакомлению с требованиями охраны труда, технике безопасности, пожарной безопасности, правилам внутреннего трудового распорядка</p> <p>3. Знакомство со структурой профильной организации и материально-технической базой профильной организации</p>
2	Производственный раздел	<p>1. Ознакомление с нормативными документами, необходимыми для осуществления профессиональной деятельности в профильной организации (стандарты спортивной подготовки, программы спортивной подготовки т.п.).</p> <p>2. Наблюдение за проведением и фрагментарное проведение тренировочных занятий (подготовительной, основной и заключительной частей).</p> <p>3. Подготовка и проведение педагогического наблюдения и анализа тренировочного занятия.</p> <p>4. Разработка конспектов и проведение тренировочных занятий.</p> <p>5. Оценка правильности распределения нагрузки на тренировочном занятии.</p> <p>6. Подготовить и провести оценку подготовленности занимающихся.</p> <p>7. Подготовка к проведению и проведение мероприятия антидопингового обеспечения спортивной подготовки (видеоурок)</p> <p>8. Подготовка документов для участия спортсменов в спортивных соревнованиях</p> <p>9. Консультации с руководителями практики</p>
3	Итоговый раздел	<p>1. Подготовка отчетной документации по итогам прохождения практики, согласование с руководителями от профильной организации и от кафедры,</p> <p>2. Подготовка отзыва руководителя профильной организации.</p> <p>3. Подготовка цифрового (описательного) анализа результатов прохождения практики</p> <p>4 Защита отчёта.</p>

Структура отчёта по учебной практике: тренерской

В конце последней недели практики обучающиеся представляют на кафедру отчет, каждый документ которого должен быть завизирован руководителем практики от кафедры и/или руководителем практики от профильной организации.

В отчете по практике должны быть отражены документы, учитывающие специфику деятельности профильной организации:

- титульный лист (Приложение А);
- перечень документов отчёта (Приложение Б);
- лист прохождения инструктажа в организации по месту прохождения практики (Приложение В);
- индивидуальное задание, выполняемое в период прохождения практики, отражающее задание и сроки его выполнения, согласованные

руководителем практики от кафедры с руководителем практики от профильной организации (Приложение Г);

– отзыв на обучающегося с места прохождения практики: составляется руководителем практики от профильной организации, подписывается руководителем профильной организации и заверяется печатью (Приложение Д);

– дневник прохождения практики, включающий краткое содержание работ в период прохождения практики, заполняется ежедневно в соответствии с индивидуальным заданием (Приложение Е);

– расписание тренировочных занятий на период практики (Приложение Ж);

– конспекты фрагментов учебно-тренировочного занятия занятий по избранному виду спорта: всего 3 конспекта (по одному конспекту для подготовительной, основной и заключительной частей) – 3 конспекта (по одному на каждую часть) (Приложение И);

– конспект контрольного учебно-тренировочного занятия по избранному виду спорта (Приложение К);

– протокол педагогического наблюдения и анализа учебно-тренировочного занятия (с анализом проведения частей занятия, оформленным заключением и рекомендациями) (Приложение Л);

– протокол измерения частоты сердечных сокращений (с указанием вида деятельности по частям занятия, ЧСС и времени ее измерения; графиком динамики ЧСС обучающегося в течение занятия; формулировкой заключения по распределению физической нагрузки по частям занятия и реакции организма занимающегося по данным ЧСС) (Приложение М);

– протокол тестирования подготовленности занимающихся (Приложение Н);

– официальная заявка на участие в соревнованиях в избранном виде спорта (Приложение П);

– протокол допинг-контроля (Приложение Р);

– заключение по практике (краткий описательный анализ результатов прохождения практики) (Приложение С).

Отчет должен содержать сведения о конкретно выполненной обучающимся работе в период практики и весь материал, отражающий содержание разделов программы практики.

При необходимости в отчет по практике могут быть вложены дополнительные материалы (программа спортивно-массового мероприятия, приложения к конспектам занятий, бесед; фотографии, сделанные в процессе прохождения практики обучающимся и др.).

Обучающиеся очной формы на процедуру защиты практики представляют доклад, мультимедийную презентацию (или фотоотчет), составленные на основании отчета о прохождении практики. Презентация по практике выполняется в программе Microsoft Office Power Point. В доклад включена следующая информация: название профильной организации,

специфика ее работы, контингент, характеристика групп, закрепленных за обучающимся; новые методики и т.д. Количество занятий, проведенных в качестве помощника и самостоятельно. В заключении делается вывод о том опыте, который приобрел обучающийся за период прохождения практики, трудностях, с которыми он столкнулся; обучающийся должен выразить свое общее впечатление, а также предложить пути совершенствования практики. Также могут представляться фотографии, которые характеризуют деятельность обучающегося в процессе практики.

2 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ПРОХОЖДЕНИЮ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ

К основным рекомендациям для обучающихся следует отнести:

- своевременно выполнять все виды работ, предусмотренные программой практики, на высоком качественном уровне осуществлять учебно-тренировочный процесс;
- организовать свою деятельность в соответствии с нормативными документами организации, в которой проходит практику, подчиняться правилам внутреннего распорядка, распоряжениям администрации и руководителя практики.

В случае невыполнения предъявляемых к практиканту требований, он может быть отстранен от прохождения практики.

Студенты имеют право по всем вопросам, возникающим в процессе практики, обращаться к руководителю практики от кафедры, вносить предложения по совершенствованию учебного процесса, организации практики, участвовать в конференциях и совещаниях, пользоваться библиотекой, кабинетами и находящимися в них учебно-методическими пособиями.

Далее представлены методические рекомендации к подготовке документации учебной практики: тренерской.

Индивидуальное задание. Разработка индивидуального задания на период производственной практики осуществляется руководителем практики от кафедры. Индивидуальное задание согласовывается с руководителем практики от профильной организации на основе использования программы практики и учета конкретных условий базовой школы с целью создания полного представления о необходимом содержании работы и сроков ее выполнения. Выполнение индивидуального задания контролируется на протяжении всей практики (Приложение Г).

Отзыв о прохождении обучающимся практики. Обязательно в отзыве должен быть указан уровень овладения всех профессиональных компетенций, предусмотренный программой производственной практики, стоять оценка за практику, дата ее выставления, заверенная подписью руководителя практики от профильной организации и печатью школы (Приложение Д).

Дневник прохождения практики. В отчете ведется ежедневная, последовательная запись практики, с указанием даты каждой записи и характера проделанной работы. Необходимо записывать личные впечатления практиканта, выделяя, главным образом, наиболее существенные факты. Необходимо помнить, что ведение данного документа - это средство формирования специальных профессиональных навыков, умений и

компетенций будущего специалиста. Его содержание, внешний вид, грамотность изложения учитываются при выставлении окончательной оценки по практике (Приложение Е).

Документы планирования. Основными документами планирования процесса спортивной подготовки занимающихся являются:

- стандарт спортивной подготовки по виду спорта;
- программа спортивной подготовки по виду спорта;
- расписание учебно-тренировочных занятий;
- конспекты (планы) учебно-тренировочных занятий.

Расписание тренировочных занятий в профильной организации уже разработано и утверждено, поэтому задача студента изучить его, перенести и выделить тренировочные занятия в закрепленных группах, приходящихся на период прохождения практики (приложение Ж).

Конспекты фрагментов учебно-тренировочных занятий по избранному виду спорта: всего 3 конспекта (по одному конспекту для подготовительной, основной и заключительной частей), **конспект учебно-тренировочного занятия по виду спорта, в том числе зачетного занятия** (приложения И, К). Конспект учебно-тренировочного занятия разрабатывается на основе расписания занятий и рабочего плана тренировочных занятий, а также - итогов предыдущего занятия. Студент в устной или письменной форме намечает план предстоящего занятия: задачи, порядок организации. Составляет графическую модель занятия. Консультируется по намеченному плану с руководителем практики от профильной организации и тренером по виду спорта. После утверждения плана, практикант разрабатывает подробный конспект тренировочного занятия.

При подготовке конспекта, необходимо использовать методическую литературу, записи наблюдений тренировочных занятий, проведенных тренерами по виду спорта.

Работа над конспектом начинается с наблюдения и формулирования задач занятия. Предусматриваются задачи по развитию различных двигательных качеств и способностей, совершенствованию спортивного мастерства занимающихся избранным видом спорта.

Задачи должны быть конкретными и реальными, то есть точно определять все, что намечено достигнуть, и может быть достигнуто именно на данном занятии. Например: «Совершенствовать комбинацию приемов ногами в борьбе стоя», «Развивать общую выносливость у занимающихся на этапе начальной подготовки» и т.п.

Практикант рассчитывает время и составляет план-конспект занятия.

наглядных пособий, видеофрагментов приемов, повышающих активность занимающихся, методы индивидуального подхода и т. п.

Разрабатывая конспект, необходимо обдумывать и записывать методы организации занятия: порядок выполнения упражнений, способы размещения занимающихся спортом для выполнения упражнений, способы подготовки мест занятий, раздачи и сбора инвентаря. В оформлении этой графы конспекта целесообразны рисунки, схемы, отражающие характер организации тренировочного занятия.

В конце конспекта практикант записывает замечания по проведенному занятию, которые сделают в конце тренировки в процессе обсуждения.

Педагогический анализ учебно-тренировочного занятия (приложение Л). Цель педагогического анализа - научить студента определять качество проведения тренировочного занятия, оценивая профессиональную подготовленность практиканта.

Сущность педагогического анализа состоит в выявлении результативности конкретного занятия (его вклада в формирование знаний, двигательных умений и навыков спортивной подготовки; развитие физических качеств и способностей; совершенствование личностных качеств занимающихся) и побуждении практиканта к совершенствованию собственной профессиональной компетентности.

Технология проведения анализа занятия отражает систему педагогических наблюдений за деятельностью тренера и занимающихся. Для этого наблюдения по ходу тренировочного занятия заносят в черновые записи, которые затем обрабатывают, используя рекомендуемую схему.

Общие требования к анализу тренировочного занятия:

- анализ должен быть многосторонним и достаточно глубоким, охватывающим все разделы предлагаемой схемы;
- все увиденное на занятии должно оцениваться;
- оценка должна быть объективной, обоснованной, аргументированной доказательствами;
- необходимо отмечать как положительные моменты, так и недостатки, при этом давать конкретные практические рекомендации по их устранению.

Педагогический анализ, выполняемый студентами в ходе практики, представлен в виде выполнения письменного комплексного педагогического анализа тренировочного занятия по предложенной схеме и оценки занятия с использованием балльной системы.

Организация занятия: подготовленность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, отношение к внешнему виду занимающихся; структура занятия, четкость организации, пунктуальность начала и окончания занятия; дисциплинированность и аккуратность занимающихся; правильность выбора места тренером для объяснения и проведения занятия; общая и моторная плотность занятия, объем и интенсивность тренировочной нагрузки; обеспечение техники безопасности.

Методический аспект: комплексный подход к постановке и достижению задач спортивной подготовки; учет возрастных и половых

особенностей занимающихся, подбор средств и методов обучения в соответствии с задачами занятия; использование разнообразных форм организации спортивной подготовки; использование дифференцированного подхода в подготовке; индивидуализация подготовки занимающихся на занятии; целесообразность внесения коррективов по ходу занятия; своевременность исправления ошибок занимающихся на занятии.

Психолого-педагогический аспект: охарактеризовать средства мотивации творческого отношения занимающихся на этапах многолетней спортивной подготовки; определить наиболее эффективные методы оценки спортивной подготовленности занимающихся для развития морально-волевых качеств личности (ответственности, исполнительности, точности, дисциплинированности, решительности, смелости и т.п.); зафиксировать и охарактеризовать приемы взаимоотношений занимающихся в системе «тренер-спортмен».

Заключение по занятию: отразить соответствие содержания конспекта занятия оперативному, текущему и перспективному планам спортивной подготовки и поставленным задачам; оценить эффективность решения запланированных задач; указать на трудности в их решении и наметить пути их преодоления на последующем занятии или в системе занятий; указать положительные моменты в работе тренера по виду спорта (организационно-методического характера); выявить недостатки и ошибки в организации спортивной подготовки учреждения.

Предложения и рекомендации: по совершенствованию организации занятия; разнообразию применения методов совершенствования подготовки занимающихся; улучшению техники проведения занятия (объяснение, показ и т. д.).

Измерение частоты сердечных сокращений во время учебно-тренировочного занятия (приложение М). Проведение пульсометрии целого занятия или его части помогает оценить соответствие нагрузки возрасту, индивидуальным особенностям занимающихся, содержанию и условиям проведения занятий. На основании показателей пульса (ЧСС) выясняется реакция сердечно-сосудистой системы на нагрузку, вызванную определенным упражнением или серией упражнений, а также динамика этих реакций на протяжении всего занятия, что позволяет оценить эффективность регулирования нагрузки с учетом возрастных особенностей занимающихся. Для этого определяется диаграмма ЧСС занимающихся, по которой можно анализировать направленность тренировочных нагрузок во время занятия.

Оценка пульсовых данных и кривой ЧСС должна сопровождаться всесторонним анализом. Показатели пульса у разных лиц, как и у одного и того же лица в разное время и при разных обстоятельствах не совпадают. Измеряют же, как правило, частоту сердечных сокращений лишь одного занимающегося. Кроме того, следует иметь в виду, что эти изменения происходят не только в зависимости от характера и величины мышечной работы, но и под влиянием эмоций, которые во время тренировочных

занятий нередко достигают значительной силы. Поэтому относительно правильная оценка показателей пульсометрии возможна лишь при учете данных педагогического наблюдения, которые фиксируются частично в графе «Примечание». В «Примечании» должны отражаться характеристики действий занимающегося, за которым ведется наблюдение (например, пропустил очередь, не проявляет активности, имитирует выполнение упражнений и др.).

Для объективности вывода, необходимо учесть задачи и специфику примененных упражнений, методов, их последовательность во время занятия, подготовленность и поведение привлеченных для наблюдения занимающихся, а также другие факторы, обуславливающие реакцию сердца на нагрузку на протяжении всего занятия. На основании проведенного анализа должны быть сформулированы выводы и кратко изложены конкретные предложения проводившему занятию.

Тестирование подготовленности. Оценка уровня подготовленности занимающихся показывает объективную картину эффективности применения средств и методов тренировки на занятиях. Контроль должен быть своевременным и давать объективную оценку уровня подготовленности занимающихся с учётом периода подготовки. Для выбора оцениваемых показателей необходимо пользоваться стандартом спортивной подготовки по виду спорта и программами спортивной подготовки, беря за основу контрольно-переводные нормативы соответствующего этапа спортивной подготовки, а также ориентируясь на цель и задачи, поставленные на данный период. В протоколе отражаются результаты по каждому тестируемому спортсмену, и делается общее заключение по уровню подготовленности группы в целом с отражением слабых сторон (Приложение Н).

Официальная техническая заявка для участия занимающихся в спортивных соревнованиях по избранному виду спорта оформляется согласно правилам соревнований. В заявке должно быть прописано название соревнования, организация (спортивная школа), направляющая на соревнования своих спортсменов, перечисляются фамилии, имена спортсменов, дата их рождения, спортивная квалификация, при наличии и допуск врача. Заявка должна быть заверена и пописано медицинским работником, руководителем организации, подписано представителем организации (Приложение П);

Протокол допинг –контроля заполняется на спортсмена от имени тренера (Приложение Р). Процедура заполнения протокола представлена на сайте РУСАДА по ссылке https://www.youtube.com/watch?v=EY4THeW_1UI&list=PL8x4w2FiUz6SHDUo0uRaKTtXAz-ZpC7cQ

Заключение практиканта по практике. В отчете следует кратко описать весь объем проведенной студентом работы в профильной организации. При этом необходимо отразить:

- количество просмотренных занятий;
- количество проведенных занятий, частей занятий;
- перечислить физкультурно-оздоровительные или спортивно-массовые мероприятия;
- содержание воспитательной работы, проведенной в период практики;
- анализ организации спортивной подготовки в профильной организации;
- характеристика выполнения других разделов индивидуального задания;
- замечания и предложения по совершенствованию профессионально-педагогической подготовки студентов до практики и в процессе учебной практики в профильной организации (Приложение С).

Подготовка к защите итогов практики. Заключительным организационным мероприятием по подведению итогов практики и аттестации студентов является защита отчетов по практике.

Основным инструментом методического сопровождения, подтверждающим прохождение практики в профильной организации, является отчетная документация, которая позволяет отслеживать и оценивать достижения студентов в течение практики.

Отчет составляется на основе выполнения индивидуального задания студента в период практики. В конце отчета следует провести анализ собственной профессиональной деятельности. Успешность студента-практиканта в процессе профессиональной деятельности приводит к удовлетворенности собой как специалистом, что в дальнейшем оказывает влияние на развитие механизма самоопределения личности каждого студента. В отчете следует отметить положительные и отрицательные моменты практики, трудности, которые возникали в период практики и пути их преодоления, а также замечания и предложения по совершенствованию практики в организации, осуществляющей спортивную подготовку.

Подготовка к защите отчета по практике. Завершающим этапом для студентов очной формы обучения является защита отчетов по практике, подведение итогов и обмен опытом работы, которая дает возможность проанализировать и более объективно оценить достигнутые результаты.

Адекватная профессиональная самооценка процесса профессиональной деятельности - путь к саморазвитию и самосовершенствованию специалиста. Студенты должны подготовить выступление и творческий отчет о производственной практике, сопровождающийся презентацией.

Презентация - разновидность самостоятельной работы с компьютерными технологиями, состоящая в использовании разнообразных приемов обработки информации, заключенной обучающимся в докладе.

Цель презентации - научиться демонстрировать умение работать с информацией, используя приемы и методы, а также с различными компьютерными программами. Основные правила оформления презентаций

1. Стиль изложения и оформления должен быть деловым и сдержанным. Логотип и несколько элементов оформления на периферии страницы - этого достаточно.

2. Делайте для каждого слайда уникальный заголовок. Пять слайдов с одним и тем же заглавием - и зрители перестанут вообще смотреть на заголовки.

3. Ставьте порядковые номера слайдов и общее количество их в презентации, это поможет аудитории понимать, сколько осталось до конца.

4. Выводите информацию на слайд постепенно. Пусть слова и картинки появляются параллельно «озвучке»: так понятнее, чем вести рассказ по статичному слайду.

5. Приводите факты, цифры и графики - это хорошая поддержка для вашего выступления. Голый текст никого не заинтересует.

6. Применяйте высококонтрастные цвета, крупные шрифты и вычурные иллюстрации. В противном случае, сидящие на задних рядах, ничего не разберут на экране.

7. Фотографии, рисунки и другие иллюстрации старайтесь размещать на отдельных слайдах. То же относится к большим диаграммам, таблицам, схемам и графикам.

8. Не переписывайте в презентацию свой доклад. В идеале вообще ни одно слово доклада не должно дублироваться на слайдах — кроме темы, имен собственных и названий графиков и таблиц. Демонстрация презентации на экране - это вспомогательный инструмент, иллюстрирующий вашу речь.

Самостоятельная работа является важнейшим элементом учебного процесса, так как это один из основных методов освоения учебных дисциплин и овладения навыками профессиональной деятельности.

Все виды самостоятельной деятельности студентов в период прохождения практики контролируются и сопровождаются своевременной психолого-педагогической поддержкой и консультативной помощью со стороны руководителей от кафедры и профильной организации, преподавателей выпускающей кафедры.

Самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной и популярной литературой, материалами периодических изданий и Интернета, статистическими данными является наиболее эффективным методом получения знаний, позволяет значительно активизировать процесс овладения информацией, способствует более глубокому усвоению изучаемого материала, формирует у студентов свое отношение к конкретной проблеме.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Обязательная литература

1. Борьба греко-римская: Учебник для спорт. факультетов пед. институтов / Под ред. Ю.А. Шулики. – Ростов – на – Дону: «Феникс», 2004.
2. Бокс. Теория и методика: учебник для вузов / Под общ. ред. Ю.А. Шулики, А.А. Лаврова. – М.: Советский спорт, 2009. (электр. ресурс ЭБС «IPRbooks»).
3. Дзюдо. Система и борьба: учебник для СДЮШОР, вузов физкультуры / Под ред. Ю.А. Шулики, Я.К. Коблева. – Ростов – на – Дону: «Феникс», 2006.
4. Зебзеев В.В. Техника и тактика борьбы дзюдо: учебное пособие с грифом УМО / В.В. Зебзеев, Ф.Х. Зекрин. – Чайковский: ЧГИФК, 2014.
5. Котешев В.Е., Макаров В.А. Бокс: Учебник для вузов. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2008.
6. Кураков Э.М. Подготовка боксеров в вузах: учебное пособие / Э.М. Кураков, В.Н. Клещев. – М.: Физическая культура, 2008.
7. Муай Тай - свободный бой. Таиландский бокс. Короли ринга: метод, пособие / Артеменко О.Л., Дроздов Т.С., Касьянов В.В., Ковтик А.Н. - Мн. Современное слово, 2001. - 384с.
8. Свищев И.Д. Комплексная оценка подготовленности спортсменов и тренеров в дзюдо: учебное пособие / И.Д. Свищев, С.В. Ерегина. – М.: «Советский спорт», 2013. (электр. ресурс ЭБС «IPRbooks»).
9. Тайский бокс: Учебное пособие для высших учебных заведений физической культуры. Под ред. Заяшниковой С.И., Терехова О.А. - М.: Олимпия-пресс, 2006 г. - 190 с. – Электр. ресурс IPRbooks.
10. Теория и методика бокса: учебник / Под ред. Е.В. Калмыкова. – М.: Физическая культура, 2009.
11. Туманян Г.С. Стратегия подготовки чемпионов: настольная книга тренера.- М.: Сов. спорт, 2006.
12. Цинис А.В. Тайский бокс: программа для высших учебных заведений по тайскому боксу – Орел: МАБИВ, 2014 – 89 с. - Электронный ресурс IPRbooks.
13. Шестаков В.Б. Теория и практика дзюдо: учебник / В.Б. Шестаков, С.В. Ерегина. – М.: Советский спорт, 2011. - 448 с.: ил. (электр. ресурс ЭБС «IPRbooks»).

Дополнительная литература

1. Бакулев С.Е., Назаренко М.В., Момот Д.А. Основы подготовки в кикбоксинге: Учебное пособие / С.Е. Бакулев, М.В. Назаренко, Д.А. Момот; Санкт-Петербургский гос. ун-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – СПб.:, 2007. – 205 с.
2. Бойко В.Ф., Данько Г.В. Физическая подготовка борцов: Учеб. пособие. – Киев: «Олимпийская литература», 2004.
3. Греко-римская борьба: Учебник / Под ред. А.Г. Семёнова и М.В. Прохоровой. - М.: Олимпия Пресс, Терра-Спорт, 2005.
4. Картер К. Кикбоксинг: Пер. с англ./К.Картер, Г.Мезгер. – М.: Астрель, 2005. – 373 с.
5. Качурин А.И. Бокс в системе физической культуры студента: учебное пособие. – М.: Физическая культура и спорт, 2006. – 344 с.

6. Киселев В.А. Совершенствование спортивной подготовки высококвалифицированных боксеров: учебное пособие / В. А. Киселев. - М.: Физическая культура, 2006. - 127 с.
7. Кузнецов А.С. Комплексное применение средств восстановления в годичном цикле подготовки борцов греко-римского стиля высокой квалификации: монография / А.С. Кузнецов, А.В. Коковкин, Ф.Х. Зекрин. – Пермь, Изд-во «ОТ и ДО», 2016.
8. Миндиашвили Д.Г., Подливаев Е.А. Вольная борьба: история, события, люди: монография. – М.: Советский спорт, 2007.
9. Путин В.В. и др. Учимся дзюдо Владимиром Путиным: учебно-практическое пособие для тренеров и спортсменов / Путин В.В., Шестаков В.Б., Левицкий А.Г. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2002.
10. Остьянов В.Н. Обучение и тренировка боксёров / В.Н. Остьянов. - К.: Олимп. лит., 2011. – 272 с.
11. Тактико-технические характеристики поединка в спортивных единоборствах: / Под редакцией Шарипова А.Ф., Малкова О.Б. – М.: Физкультура и спорт, 2007. – 189с.
12. Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки: Учебное пособие в 4-х книгах. – Кн.1 «Пропедевтика». – М.: Советский спорт, 1997.
13. Туманян Г.С. Стратегия подготовки чемпионов: настольная книга тренера. - М.: Советский спорт, 2006.
14. Туманян Г.С., Гожин В.В. Теория, методика, организация тренировочной, внутренировочной и соревновательной деятельности. – Ч.II. – Кн. 4. «Тренировочная деятельность» – М.: Советский спорт, 2000.
15. Туманян Г.С., Гожин В.В. Теория, методика, организация тренировочной, внутренировочной и соревновательной деятельности. – Ч.III. – Кн. 12. «Система упражнений» – М.: Советский спорт, 2001.
16. Туманян Г.С., Гожин В.В. Теория, методика, организация тренировочной, внутренировочной и соревновательной деятельности. – Ч.I. – Кн. 3. «Профессия – тренер» – М.: Советский спорт, 2000.
17. Туманян Г.С., Гожин В.В. Теория, методика, организация тренировочной, внутренировочной и соревновательной деятельности. – Ч.II. – Кн. 6. «Внутренировочная деятельность: личная гигиена» – М.: Советский спорт, 2001.
18. Фискалов В.Д. Спорт и система подготовки спортсменов: учебник / - М.: Советский спорт, 2010. – 392 с.
19. Чумаков Е.М. 100 уроков самбо. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 1999.
20. Школьников Р.А. Самбо – вольная борьба в одежде: сборник / Р.А. Школьников, Н.М, Галковский, А.А. Харлампиев; Сост.: А.А. Харлампиев. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 2006.
21. Ширяев А.Г., Филимонов В.И. Бокс и кикбоксинг: учебное пособие для студентов вузов. – М.: Изд. центр «Академия», 2007. – 400 с.

Нормативные документы

1. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ (в последней редакции). https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/
2. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «бокс» <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405884997/>
3. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «кикбоксинг» <https://base.garant.ru/405864521/>

4. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «каратэ»
<https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405449363/>
5. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «рукопашный бой»
<https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/403401312/>
6. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «смешанное боевое единоборство (ММА)»
<https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/403455872/>
7. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «тхэквондо»
<https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405833459/>
8. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «спортивная борьба»
<https://base.garant.ru/405933345/>
9. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «дзюдо»
<https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/404919869/>
10. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «самбо»
<https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405837521/>

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И
СПОРТА»
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

ОТЧЕТ
о прохождении практики

ФИО обучающегося	Иванов Иван Иванович
Направление подготовки	49.03.04 Спорт «Спортивная подготовка в единоборствах. Тренерско-
Профиль	преподавательская деятельность в образовании»
Вид, тип практики	Учебная: тренерская
Наименование профильной организации	КГБУ СШОР «Старт», г. Чайковский
Сроки практики	с «__» _____ 202_ по «__» _____ 202_ г.
Кафедра	Теории и методики единоборств
Руководитель практики от кафедры	Лукина А.М., ст.преподаватель
Руководитель от профильной организации	Втюрин В.П.

Перечень документов отчёта по учебной практике: тренерской

1. Лист инструктажа.
2. Индивидуальное задание на период проведения практики.
3. Отзыв руководителя практики от профильной организации.
4. Дневник прохождения практики.
5. Расписание тренировочных занятий на период практики.
6. Конспекты фрагментов учебно-тренировочных занятий по избранному виду спорта: всего 3 конспекта (по одному конспекту для подготовительной, основной и заключительной частей) – 3 конспекта (по одному на каждую часть).
7. Конспект контрольного учебно-тренировочного занятия по избранному виду спорта.
8. Протокол педагогического наблюдения и анализа учебно-тренировочного занятия
9. Протокол измерения частоты сердечных сокращений на учебно-тренировочном занятии.
10. Протокол тестирования подготовленности занимающихся.
11. Официальная заявка на участие в соревнованиях в избранном виде спорта.
12. Протокол допинг-контроля.
13. Заключение по практике (краткий описательный анализ результатов прохождения практики).

При необходимости в отчет могут быть вложены дополнительные материалы (программа спортивно-массового мероприятия; приложения к конспектам занятий, воспитательной работе; фотографии и др.).

**Лист инструктажа
в организации по месту прохождения учебной практики: тренерской**

Наименование организации: _____

Срок прохождения практики: _____

№ п/п	Наименование инструктажа	Дата проведения инструктажа	Фамилия, инициалы инструктирующего / руководителя практики	Подпись инструктирующего / руководителя практики, печать (при наличии)	Фамилия, инициалы обучающегося (инструктируемого)	Подпись обучающегося (инструктируемого)
1.	Инструктаж по ознакомлению с требованиями охраны труда					
2.	Инструктаж по технике безопасности					
3.	Инструктаж по пожарной безопасности					
4.	Инструктаж по соблюдению правил внутреннего трудового распорядка					

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

Индивидуальное задание
выполняемое в период учебной практики: тренерской

студента(ки)

_____ (ФИО студента, группа)

обучающегося(йся) по направлению подготовки 49.03.04 Спорт, профиль «Спортивная подготовка в единоборствах. Тренерско-преподавательская деятельность в образовании»

Сроки практики: _____

Задания по практике	Код индикатора достижения компетенций	Сроки выполнения
1. Разработать документы планирования (фрагмент конспекта тренировочного занятия: подготовительной части, основной части, заключительной части)	ОПК-1.2. ОПК-1.3.	2-3 неделя
1. Провести часть (подготовительную, основную, заключительную) учебно-тренировочного занятия, под наблюдением тренера-преподавателя.	ОПК-3.2. ОПК-3.3. ОПК-4.2. ОПК-4.3.	3-4 неделя
1. Разработать план-конспект учебно-тренировочного занятия 2. Оформить официальную заявку для участия спортсменов в соревнованиях	ОПК-5.2.	3 неделя
1. Пройти инструктаж по ознакомлению с требованиями охраны труда, технике безопасности, пожарной безопасности, правил внутреннего трудового распорядка	ОПК-10.2.	1 день практики
2. Провести инструктаж с занимающимися по технике безопасности на занятии и о правилах использования спортивного оборудования и инвентаря (с отражением в конспектах занятий)		2-4 неделя

1. Провести измерение частоты сердечных сокращений на занятии. 2. Заполнить протокол пульсометрии и написать заключение 3. Провести оценку уровня подготовленности занимающихся с заполнением протокола тестирования и анализом результатов.	ОПК-12.2. ОПК-12.3.	4 неделя
1. Консультация с руководителями практики по ведению отчётной документации 2. Защитить отчёт по учебной практике: тренерской	ОПК-14.2.	весь период практики 4 неделя
1. Разработать документы планирования (конспект) учебно-тренировочного занятия.	ПК-3.4. ПК-3.7.	2-3 неделя
2. Заполнить протокол наблюдения и анализа учебно-тренировочного занятия. 3. Провести анализ тренировочного занятия		4 неделя
1. Просмотреть на сайте РУСАДА видеурок по процедуре допинг контроля 2. Заполнить протокол допинг контроля совместно с занимающимся.	ПК-3.5.	4 неделя

Обучающийся

подпись

(ФИО)

Руководитель практики
от кафедры

подпись

(ФИО)

Руководитель практики
от профильной
организации

подпись

(ФИО)

ОТЗЫВ

О прохождении _____
(вид и тип практики)

обучающегося _____
(ФИО обучающегося)

Направление подготовки _____

Направленность (профиль) _____

Курс _____

Группа _____

Место прохождения практики _____
(полное название профильной организации)

В должности _____

Сроки практики _____

Оценка освоения компетенций обучающимися

Код компетенции	Код индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты при прохождении практики	Задания по практике	Оценка («3», «4», «5»)
ОПК-1	ОПК-1.2. ОПК-1.3.	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастнo-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - планировать учебно-тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории и методики физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, 	Разработать документы планирования (фрагмент конспекта тренировочного занятия: подготовительной части, основной части, заключительной части)	

		<p>погодных и санитарно-гигиенических условий.</p> <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирования учебно-тренировочных занятий по ИВС; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении дополнительных образовательных программ спортивной подготовки; 		
ОПК-3	ОПК-3.2 ОПК-3.3	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать и использовать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - применять методы организации деятельности, занимающихся на занятиях по ИВС с учетом материально-технических возможностей организации, возрастных особенностей занимающихся; - распределять на протяжении занятия средства ИВС с учетом их влияния на организм занимающихся; <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять учебно-тренировочный процесс в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки 	1. Провести часть (подготовительную, основную, заключительную) учебно-тренировочного занятия, под наблюдением тренера-преподавателя.	
ОПК-4	ОПК-4.2. ОПК-4.3.	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать в своей деятельности терминологию ИВС; - подбирать методические приёмы для развития физических качеств и способностей, и повышения функциональных возможностей в избранном виде спорта; <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разработки комплексов упражнений, способствующих развитию физических качеств и способностей в соответствии со спецификой вида спорта; 	1. Провести часть (подготовительную, основную, заключительную) учебно-тренировочного занятия, под наблюдением тренера-преподавателя.	

ОПК-5	ОПК-5.2.	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать планы-конспекты учебно-тренировочных занятий; - заполнять документы для участия занимающихся в соревнованиях; 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Разработать план-конспект учебно-тренировочного занятия 2. Оформить официальную заявку для участия спортсменов в соревнованиях 	
ОПК-10	ОПК-10.2.	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - поддерживать дисциплину во время учебно-тренировочных занятий; - выявлять неисправности оборудования и инвентаря; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВС; 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Пройти инструктаж по ознакомлению с требованиями охраны труда, технике безопасности, пожарной безопасности, правил внутреннего трудового распорядка 	
ОПК-12	ОПК-12.2. ОПК-12.3.	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВС <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВС. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Провести измерение частоты сердечных сокращений на занятии. 2. Заполнить протокол пульсометрии и написать заключение 3. Провести оценку уровня подготовленности занимающихся с заполнением протокола тестирования и анализом результатов. 	
ОПК-14	ОПК-14.2.	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - поддерживать учебную дисциплину во время занятий; - корректно общаться и взаимодействовать с участниками в процессе деятельности в сфере физической культуры и спорта и в сфере образования 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Консультация с руководителями практики по ведению отчётной документации 2. Защитить отчёт по учебной практике: тренерской 	
ПК-3	ПК-3.4. ПК-3.5. ПК-3.7.	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Определять задачи и содержание тренировочного процесса для достижения цели; - Планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом динамики подготовленности, 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Разработать документы планирования (конспект) учебно-тренировочного занятия. 2. Заполнить протокол наблюдения и анализа учебно-тренировочного занятия. 3. Провести анализ тренировочного занятия 4. Просмотреть на сайте РУСАДА видеурок по 	

		- Вести отчетную документацию по планированию, учету и анализу результатов тренировочного процесса. - Вести отчетную документацию по организации участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки Имеет опыт: - По разработке оперативных планов спортивной подготовки, в том числе рабочих планов, планов тренировочных занятий, планов подготовки к спортивным соревнованиям;	процедуре допинг контроля 2. Заполнить протокол допинг контроля совместно с занимающимся.	
--	--	---	--	--

Рекомендации по совершенствованию профессиональной подготовки бакалавров по направлению подготовки: _____

Программа практики _____
 (вид, тип)

обучающегося _____
 (ФИО обучающегося)

выполнена с оценкой _____
 (ставит руководитель практики от профильной организации)

Руководитель практики
 от профильной организации _____ / _____
подпись ФИО

Руководитель
 профильной организации _____ / _____
 МП подпись ФИО

Итоговая оценка _____
 (ставит руководитель практики от кафедры)

Руководитель практики от кафедры _____ / _____
подпись ФИО

ПРИЛОЖЕНИЕ Ж

*Образец бланка расписания тренировочных занятий
в закрепленных классах на период практики*

Расписание тренировочных занятий

(указать вид спорта)

Учебная группа / этап подготовки	Дни и часы занятий						
	Пн.	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс

Подпись студента _____ (ФИО)

Руководитель практики от кафедры _____ (ФИО)

Руководитель практики от профильной организации _____ (ФИО)

ПРИЛОЖЕНИЕ И
*Образец бланка конспекта
подготовительной части тренировочного занятия*

Конспект подготовительной части учебно-тренировочного занятия

Группа подготовки _____

Дата проведения _____

Место проведения _____

Время проведения _____

Задачи занятия:

1.

2.

3.

Занятие проводил _____

Инвентарь: _____

Части занятия и их содержание	Дозировка	Организационно – методические указания
1. Подготовительная часть		

Заключение по проведённой части занятия: _____

Оценка за проведение: _____

Обучающийся

подпись

(ФИО)

Руководитель практики
от кафедры

подпись

(ФИО)

Руководитель практики
от профильной
организации

подпись

(ФИО)

ПРОДОЛЖЕНИЕ ПРИЛОЖЕНИЯ И

Образец бланка конспекта
основной части тренировочного занятия

Конспект основной части тренировочного занятия

по _____ для занимающихся _____
(указать вид спорта) (указать этап подготовки)

Дата проведения _____

Место проведения _____

Время проведения _____

Задачи занятия:

- 1.
- 2.
- 3.

Занятие проводил _____

Инвентарь: _____

Содержание основной части	Дозировка	Организационно – методические указания
Основная часть		

Заключение занятия: _____ по _____

Оценка проведения: _____ за _____

Подпись студента _____ (ФИО)

Руководитель практики от кафедры _____ (ФИО)

Руководитель практики от профильной организации _____ (ФИО)

ПРОДОЛЖЕНИЕ ПРИЛОЖЕНИЯ И
*Образец бланка конспекта
заключительной части тренировочного занятия*

**Конспект
заключительной части тренировочного занятия**

по _____ для занимающихся _____
(указать вид спорта) (указать этап подготовки)

Дата проведения _____

Место проведения _____

Время проведения _____

Задачи занятия:

- 1.
- 2.
- 3.

Занятие проводил _____

Инвентарь: _____

Содержание заключительной части	Дозировка	Организационно – методические указания
Заключительная часть		

Заключение занятия: _____ по _____

Оценка проведение: _____ за _____

Подпись студента _____ (ФИО)

Руководитель практики от кафедры _____ (ФИО)

Руководитель практики от профильной организации _____ (ФИО)

ПРИЛОЖЕНИЕ К

Образец бланка контрольного
(зачётного) конспекта тренировочного занятия

Конспект
контрольного (зачётного) тренировочного занятия
по _____ для занимающихся _____
(указать вид спорта) (указать этап подготовки)

Дата проведения _____

Место проведения _____

Время проведения _____

Цель занятия: _____

Задачи занятия:

- 1) _____
- 2) _____
- 3) _____

Занятие проводил _____

Инвентарь: _____

Присутствовало ____ чел.

Части занятия и их содержание	Дозировка	Организационно – методические указания
1. Подготовительная		
2. Основная		
3. Заключительная		

Члены комиссии: 1. _____
(оценка) (подпись) (ФИО)

2. _____
(оценка) (подпись) (ФИО)

3. _____
(оценка) (подпись) (ФИО)

Краткий анализ занятия членами комиссии: _____

Итоговая оценка за занятие: _____
(подпись руководителя практики от профильной организации) (ФИО)

Подпись студента _____
(ФИО)

Руководитель
практики от _____
кафедры _____
(ФИО)

Руководитель
практики от _____
профильной _____
организации _____
(ФИО)

Итоговая оценка за занятие: _____
(подпись руководителя практики от профильной организации) (ФИО)

ПРОТОКОЛ

педагогического наблюдения и анализа учебно-тренировочного занятия

Тема занятия: _____

Дата проведения: _____

Время: _____

Занятие проводил: _____

Группа подготовки: _____

Место проведения: _____

Цель занятия: _____

Задачи занятия: _____

Карта наблюдения

Части занятия	Содержание части занятия	Анализ
1. Подготовительная		
2. Основная		
3. Заключительная		

Выводы: _____

Рекомендации:

1. _____

2. _____

3. _____

С результатами ознакомлен:

(анализируемый тренер) _____ / _____
подпись (ФИО)

Анализ проводил _____
подпись (ФИО)

Руководитель практики от кафедры _____
подпись (ФИО)

Руководитель практики от профильной организации _____
подпись (ФИО)

ПРОТОКОЛ

измерения частоты сердечных сокращений на учебно-тренировочном занятии

Дата проведения: _____

Наблюдение проводилось за занимающимся: _____
(Ф.И.О.)

Группа подготовки: _____

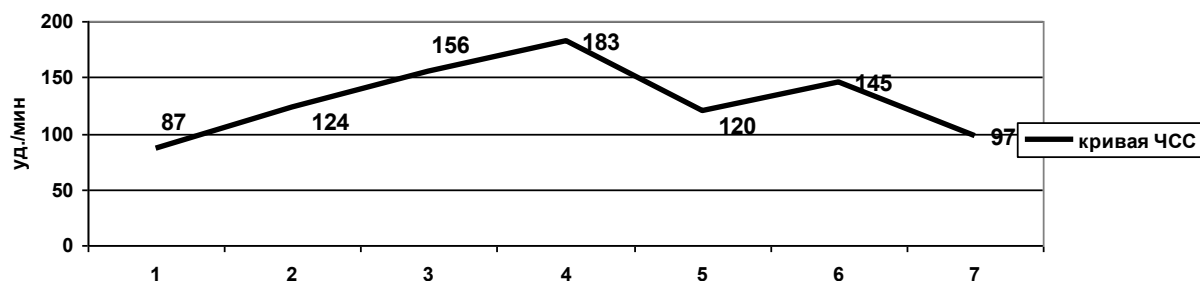
Частота сердечных сокращений (ЧСС) занимающегося в покое: _____ ударов в минуту

Задачи занятия:

- 1.
- 2.
- 3.

№ п/п	Виды деятельности	Время измерения ЧСС, части занятия	ЧСС за 10 с.	ЧСС за 1 мин.	Примечание
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					

Физиологическая кривая показателя физической нагрузки



Заключение: распределение физической нагрузки по частям занятия, пояснить реакцию организма занимающегося на тренировочные задания по данным ЧСС, правильность распределение нагрузки в соответствии с задачами занятия.

Обучающийся _____
подпись (ФИО)

Руководитель практики от кафедры _____
подпись (ФИО)

Руководитель практики от профильной организации _____
подпись (ФИО)

**ПРОТОКОЛ
тестирования подготовленности занимающихся**

Название профильной организации: _____

Место проведения _____

Дата проведения: _____

Группа подготовки: _____

ФИО тренера: _____

ФИО тестирующих: _____

№ п/п	ФИО	Результаты контрольных испытаний*							

- Контрольные испытания берутся в соответствии с федеральным стандартом и программой спортивной подготовки по избранному виду спорта для конкретного этапа подготовки

Заключение: _____

ОФИЦИАЛЬНАЯ ЗАЯВКА

Название соревнований

Название организации

№ п/п	Фамилия, Имя	Дата рождения	Спорт. квалиф.	Подпись, дата, печать врача
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
...				
...				

Допущено к соревнованиям (количество)

ФИО врача (подпись, печать медицинского учреждения)

М.П.

Представитель команды

Руководитель организации

М.П. организации

Протокол допинг-контроля

РУСАДА

№ 12001

DOPING CONTROL FORM
ПРОТОКОЛ ДОПИНГ-КОНТРОЛЯ

1. ATHLETE INFORMATION • ИНФОРМАЦИЯ О СПОРТСМЕНЕ

Form section 1: Athlete Information. Includes fields for Family Name, Given Name, Nationality, Address, Date of Birth, and Competition Type.

2. NOTIFICATION • УВЕДОМЛЕНИЕ

Form section 2: Notification. Includes a declaration of receipt and acknowledgment of the notice, and a section for the Competition Name.

3. INFORMATION FOR ANALYSIS • ИНФОРМАЦИЯ ОБ АНАЛИЗАХ

Form section 3: Information for Analysis. Includes sections for Urine and Blood testing, with sub-sections for A/B samples and EPO, and a section for Partial Samples.

4. CONFIRMATION OF PROCEDURE FOR URINE AND/OR BLOOD TESTING • ПОДТВЕРЖДЕНИЕ ПРОЦЕДУРЫ ТЕСТИРОВАНИЯ МОЧИ ИЛИ КРОВИ

Form section 4: Confirmation of Procedure. Includes a declaration of correct procedure, a section for certifying sample collection, and a section for the Doping Control Officer's signature.

RUSSIAN ANTI-DOPING AGENCY (RUSSIAN ANTI-DOPING AGENCY)
RUSSIAN ANTI-DOPING AGENCY (RUSSIAN ANTI-DOPING AGENCY)
RUSSIAN ANTI-DOPING AGENCY (RUSSIAN ANTI-DOPING AGENCY)
RUSSIAN ANTI-DOPING AGENCY (RUSSIAN ANTI-DOPING AGENCY)
RUSSIAN ANTI-DOPING AGENCY (RUSSIAN ANTI-DOPING AGENCY)
RUSSIAN ANTI-DOPING AGENCY (RUSSIAN ANTI-DOPING AGENCY)

ЗАКЛЮЧЕНИЕ ПО ПРАКТИКЕ

(Ф.И.О. обучающегося, группа)

1. Количество просмотренных занятий _____.
2. Количество проведённых частей занятий _____ целых занятий _____
3. Перечислить физкультурно-оздоровительные или спортивно-массовые мероприятия, в которых принимали участие.
4. Раскрыть содержание воспитательной работы, проведённой в период практики.
5. Анализ организации спортивной подготовки в профильной организации.
6. Характеристика выполнения других разделов индивидуального плана и пр.
7. Замечания и предложения по совершенствованию профессионально-педагогической подготовки обучающихся до практики и в процессе учебной практики в профильной организации.

дата

подпись обучающегося