

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Зекрин Фанави Убайдуллаевич  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 05.06.2024 13:21:10  
Уникальный программный ключ:  
8d1b39193cdad8918b8873b6591d9ef237c1a2d2

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

Кафедра Сложно-координационных зимних видов спорта

**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ПРАКТИКЕ**

**Б2.О.03(П) Производственная практика: тренерская**

Направление подготовки – 49.04.03 Спорт

Уровень образования – магистр

Формы обучения – очная, заочная

Методические  
материалы  
разработаны

С.А. Горбуновым, к.п.н, доцент

---

Утверждены на заседании кафедры Сложно-координационных зимних видов спорта  
Протокол № 18 от 11.04.2023 г.

# 1 ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ: ТРЕНЕРСКОЙ

**Вид практики:** производственная.

**Тип практики:** практика тренерская (получение профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности).

**Способ организации практики:** сосредоточенная, с отрывом от теоретической подготовки.

**Цель** производственной практики: тренерской – трансформация теоретических знаний в практическую деятельность, приобретение опыта профессиональной деятельности.

Задачи производственной практики тренерской:

- расширить и закрепить полученные теоретические знания;
- сформировать у практикантов профессиональные умения;
- приобрести опыт профессиональной деятельности;
- использовать объект практики как средство научного познания.

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

Трудоемкость производственной практики тренерской составляет – 15 зачетных единиц, 540 академических часа, 10 недель (сосредоточенная практика).

Производственная практика тренерская по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт» реализуется на 2 курсе очной и заочной форм обучения.

Для обучающихся очной формы обучения зачет с оценкой проводится в форме защиты отчета 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 и письменный отчет.

## Место практики в структуре образовательной программы

Производственная практика: тренерская относится к обязательной части блока 2 «Практика» и реализуется на 2 курсе в 3 семестре ОФО, на 2 курсе 3 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	Количество академических часов (в соответствии с учебным планом)	Форма отчетности по практике
1	Организационный раздел Учебно-	1. Организационное собрание с руководителем практики от кафедры и руководителем практики от профильной организации	2	Индивидуальное задание, выполняемое в период учебной практики: ознакомительной

методический раздел	2. Прохождение инструктажа по ознакомлению с требованиями охраны труда, технике безопасности, пожарной безопасности, правилам внутреннего трудового распорядка	2	Лист инструктажа
	3. Знакомство со структурой профильной организации и материально-технической базой профильной организации	6	Дневник прохождения практики
	4. Знакомство с содержанием практики	8	Дневник прохождения практики
	5. Структура и организация спортивной подготовки в профильной организации	9	План спортивной подготовки
	6. Основы медицинских знаний и безопасности жизнедеятельности	9	Инструктаж по ТБ
	7. Подготовка документов и отчёта по практике	24	Документы отчёта
	8. Подготовка цифрового (описательного) анализа результатов прохождения практики	8	Документы отчёта
	9. Защита отчёта.	4	Результат защиты
	Итого по разделу:	72/2	
	Раздел учебно-методической работы	1. Ознакомление с нормативными документами, необходимыми для осуществления профессиональной деятельности в профильной организации (стандарты спортивной подготовки, дополнительные образовательные программы спортивной подготовки т.п.)	6
2. Оперативное планирование тренировочного процесса		10	Конспекты тренировочных занятий
3. Наблюдение за проведением и фрагментарное проведение тренировочных занятий (подготовительной, заключительной частей)		32	Дневник по практике, конспекты тренировочных занятий
4. Подготовка и проведение педагогического наблюдения и анализа тренировочного занятия		20	Протокол педагогического наблюдения и анализа тренировочного занятия
5. Оценка правильности распределения нагрузки на тренировочном занятии.		10	Протокол измерения ЧСС
6. Применение методики спортивного отбора, используя вводные и контрольно-переводные нормативы ФССП и провести оценку подготовленности занимающихся.		30	Протокол тестирования подготовленности занимающихся
7. Подготовка к проведению и проведение мероприятия антидопингового обеспечения спортивной подготовки (видеоурок)		10	Протокол допинг-контроля
8. Подготовка документов для участия спортсменов в спортивных соревнованиях		4	Официальная и техническая заявка
9. Подготовка и проведение физкультурно-массового мероприятия с интеллектуальными и спортивными конкурсами, направленными на здоровый образ жизни.		24	Сценарий мероприятия
10. Составление примерного учебно-тематического плана на группу на		5	План макроцикла

		основе ФССП и дополнительной образовательной программы спортивной подготовки. 11. Составление материально-технического плана обеспечения тренировочного занятия. 12. Составить социально-психологический портрет спортсмена. 13. Проведение анализа соревновательной деятельности спортсменов. 14. Проведение педагогического контроля в группе (текущее обследование). 15. Консультации с руководителями практики.	5 5 15 20 20	подготовки  Материально-технический план  Социально-психологический портрет Протокол соревнований и аналитическая справка  Протокол педагогического контроля  Дневник по практике
		Итого по разделу:	216/6	
3	Раздел НИР: проведение практической части научного исследования	1. Разработка собственного диагностического инструментария для решения поставленных задач (анкета или план устного опроса, или модификация методики, схема/протокол наблюдения и др.) 2. Содержание экспериментальной программы исследования. 3. Методологическая база исследования: написание второй главы выпускной квалификационной работы. 4. Сбор и математико-статистическая обработка эмпирических данных (возможен и качественный анализ). 5. Оформление промежуточного отчета о научно-исследовательской работе в 3 семестре. Подготовка доклада и защита отчета (материалы второй главы и первичное представление результатов измерений).	9  9 18 20 16	Содержание соответствующего раздела в ВКР  План проведения исследования  Содержание соответствующего раздела в ВКР  Отчёт по практике
		Итого по разделу:	72/2	
4	Раздел спортивно-соревновательной работы	1. Планирование и организация физкультурной и спортивной работы в профильной организации 2. Методика организации и проведения физкультурных и спортивных мероприятий, организация и судейство соревнований	36 72	План спортивной работы  Организация и проведение спортивного соревнования, отчёт о проведённом соревновании
		Итого по разделу:	108/3	
5	Раздел воспитательной работы	1. Содержание и организация воспитательной работы в профильной организации 2. Организация и проведение воспитательного мероприятия	36 36	План воспитательной работы  отчёт о проведённом мероприятии
		Итого по разделу:	72/2	
		Всего часов / ЗЕ	540/15	

## Структура отчёта по производственной практике

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);
- конспекты частей учебно-тренировочных занятий: всего 2 конспекта (подготовительной и заключительной части) (Приложение Ж, И);
- конспект учебно-тренировочного занятия для прикрепленной группы: всего 1 конспект (Приложение К);
- протокол педагогического наблюдения и анализа учебно-тренировочного занятия (с анализом проведения частей занятия, оформленными выводами и рекомендациями) (Приложение Л);
- протокол измерения частоты сердечных сокращений (с указанием вида деятельности по частям занятия, ЧСС и времени ее измерения; графиком динамики ЧСС занимающегося 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 (таблица с результатами контрольных испытаний и заключением о состоянии уровня подготовленности занимающихся) (Приложение Н);
- официальная техническая заявка для участия занимающихся в спортивных соревнованиях по избранному виду спорта (Приложение П);
- техническая заявка на участие занимающихся в соревнованиях с указанием спортивных дисциплин (Приложение Р);
- Протокол допинг-контроля (заполняется практикантом и одним из занимающихся) (Приложение С);
- заключение по практике (краткий описательный анализ результатов прохождения практики) (Приложение Т).
- расписание учебно-тренировочных занятий (Приложение У).

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 PowerPoint. В доклад включена следующая информация: название профильной организации, специфика ее работы, контингент, характеристика групп, закрепленных за обучающимся; новые методики и т.д. Количество частей 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 ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ**

К основным рекомендациям для обучающихся следует отнести:

- своевременность выполнения всех видов работ, предусмотренных 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 практикант может быть отстранен от прохождения практики.

Студенты-практиканты 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 учебной 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 всеми компетенциями, предусмотренный программой практики, стоять оценка за практику, дата ее выставления, заверенная подписью руководителя практики от профильной организации и печатью (Приложение Д).

**Дневник прохождения практики.** В отчете ведется ежедневная, последовательная запись практики, с указанием даты каждой записи и характера проделанной работы. Необходимо помнить, что ведение данного документа - это средство формирования специальных профессиональных умений, навыков 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 учебно-тренировочных занятий** в профильной организации уже разработано и утверждено, поэтому задача студента изучить его, перенести и выделить занятия в закрепленных группах, приходящихся на период прохождения практики (Приложение У).

**План-конспект учебно-тренировочного занятия.** Конспект занятия разрабатывается на основе тематического плана и итогов предыдущего занятия. Практикант в устной или письменной форме намечает план предстоящего занятия: задачи, порядок организации. Консультируется по намеченному плану с руководителем от профильной организации (тренером). После утверждения плана практикант разрабатывает подробный конспект занятия (части занятия).

При подготовке конспекта необходимо использовать методическую литературу, записи наблюдений занятий, проводимых тренером.

Работа над конспектом начинается с наблюдения и формулирования задач занятия. Предусматриваются задачи по обучению двигательным действиям, сообщению знаний по избранному виду спорта, воспитанию физических качеств, также нравственных, волевых качеств, умственных способностей.

Задачи должны быть конкретными и реальными, то есть точно определять все, что намечено достигнуть, и может быть достигнуто именно на данном занятии. Например: «Разучить технику имитации работы рук в попеременном двухшажном классическом ходе».

Практикант рассчитывает время и строит структурную схему занятия.

В графе «Содержание занятия» подробно записывает все упражнения и задания, а также содержание теоретического материала в той последовательности, в которой предполагается их проведение на занятии.

Все упражнения и задания должны быть записаны достаточно полно с указанием исходного положения и перечнем составляющих их действий. При этом необходимо строго соблюдать терминологию, принятую в соответствующем виде спорта. Там, где необходимо, указывается счет.

В том случае, когда занятие проводится групповым методом, в конспекте записывается содержание упражнений для каждого отделения и указывается порядок смены видов упражнений. Там, где необходимо, отдельно записываются упражнения для мальчиков и девочек.

При подготовке к занятию практикант продумывает дозировку упражнений. В конспекте указывается примерная дозировка.

Однако в том случае, когда стоят задачи воспитания физических способностей, нагрузка и отдых строго регламентируются.

В зависимости от упражнений, цели их использования, условий проведения в конспекте отмечается количество повторений, продолжительность отдыха между отдельными упражнениями, или сериями упражнений.

В графе «Организационно-методические указания» должна быть раскрыта методика проведения занятия. Записи могут отражать конкретные методы и методические приемы

обучения отдельным упражнениям. Например: содержание объяснений тренера, использование определенных наглядных пособий, учебных карточек, ориентиров, приёмов, повышающих активность занимающихся, методы индивидуального подхода и тому подобное, содержание и методы воспитательной работы.

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

В конце конспекта практикант записывает замечания по проведенному занятию, которые сделают в конце занятия в процессе обсуждения (Приложение Ж, И, К).

**Педагогический анализ учебно-тренировочного занятия.** Цель педагогического анализа в рамках тренерской практики - научить студента определять качество проведения учебно-тренировочного занятия, оценивая профессиональную подготовленность тренера.

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

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

Общие требования к анализу учебно-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 различных видах:

- проведения наблюдений и частичного анализа занятия по рекомендованным темам с последующим коллективным обсуждением занятия;
- самоанализа проведенного занятия с указанием собственных ошибок и путей их исправления;
- выполнения письменного комплексного педагогического анализа занятия по предложенной схеме;
- оценки контрольного занятия с использованием балльной системы;

Примерные темы наблюдений для проведения анализа учебно-тренировочного занятия:

- организация занятия;
- условия и характер деятельности занимающихся на занятии;
- характер деятельности тренера на занятии;
- дозировка упражнений и регулирование нагрузки на занятии;
- техника безопасности на занятии, страховка, оказание помощи;
- использование словесного метода;
- обеспечение наглядности в обучении;
- обеспечение сознательности и активности занимающихся;
- методы разучивания учебного материала;

- решение оздоровительных задач на занятии;
- методы развития двигательных качеств;
- схема комплексного педагогического анализа учебно-тренировочного занятия;
- общие сведения: тип занятия, место проведения, контингент занимающихся, Ф.И.О. проводящего, задачи урока/занятия.

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

*Методический аспект:* комплексный подход к постановке и решению задач (обучающих, развивающих, воспитывающих); учет возрастных особенностей, подбор средств и методов обучения в соответствии с задачами занятия; использование разнообразных форм организации деятельности занимающихся (поточный, групповой, фронтальный и т.д.); использование дифференцированного подхода в обучении; индивидуализация обучения на занятии; целесообразность внесения коррективов по ходу занятия; своевременность исправления ошибок у занимающихся на занятии.

*Психолого-педагогический аспект:* охарактеризовать средства мотивации творческого отношения обучающихся к занятиям физическими упражнениями; определить наиболее эффективные методы оценки тренировочной деятельности обучающихся для развития морально-волевых качеств личности (ответственности, исполнительности, точности, дисциплинированности, решительности, смелости и т.п.); зафиксировать и охарактеризовать приемы взаимоотношений занимающихся в системе «тренер-спортсмен».

*Заключение по занятию:* отразить соответствие содержания конспекта занятия 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 (организационно-методического характера); выявить недостатки и ошибки в процессе обучения и организации тренировочной деятельности занимающихся на занятии.

*Предложения и рекомендации:* по совершенствованию организации занятия; разнообразию применения методов обучения; улучшению техники ведения занятия (объяснение, показ и т. д.) (Приложение Л).

**Измерение частоты сердечных сокращений на занятии.** Проведение пульсометрии (измерения ЧСС) на учебно-тренировочном занятии 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 физическую нагрузку, вызванная 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 вычерчивается физиологическая «кривая нагрузки».

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 на учебно-тренировочных занятиях 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 занимающихся, за которым ведётся наблюдение (например, пропустил очередь, не проявляет активности, имитирует выполнение упражнений и др.).

Для объективности вывода, необходимо учесть задачи и характер выполняемой работы, специфику примененных упражнений и методов, их последовательность в занятии, подготовленность и проведение 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 (Приложение М).

**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 этапа 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).

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

- количество просмотренных занятий;
- количество проведенных частей занятий и целых занятий;
- физкультурно-спортивные и спортивно-массовые мероприятия, в которых принимал участие практикант
- содержание воспитательной работы, проведенной в период практики;
- анализ организации спортивной подготовки в профильной организации;
- характеристика выполнения других разделов индивидуального плана;
- замечания и предложения по совершенствованию профессионально-педагогической подготовки обучающихся до практики и в процессе производственной практики в профильной организации (Приложение Т).

**Подготовка к защите итогов практики.** Заключительным организационным мероприятием по подведению итогов практики и аттестации студентов является защита отчетов по учебной 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 практиканта в период практики. В конце отчета следует провести анализ собственной тренерско-преподавательской деятельности. 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 организациях, осуществляющих 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 педагогической деятельности - путь к саморазвитию и самосовершенствованию специалиста. К процедуре защиты студенты-практиканты 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 внятные 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.

### **Контрольные вопросы для подготовки к процедуре защиты:**

1. Дайте краткую характеристику содержания образовательных программ или программ спортивной подготовки по избранному виду спорта (ПК-1).

2. Перечислите положения дидактики, теории и методики физической культуры и требования федерального стандарта спортивной подготовки по ИВС (ОПК-3; ПК-1).

3. Система упражнений по признакам понятий. Критерии оценки техники выполнения физических упражнений (ОПК-3).

4. Значение физической и функциональной подготовленности спортсменов перед соревнованиями. Способы оценки функционального состояния и физической подготовленности в ИВС (ОПК-1; 2).

5. Перечислите основные требования охраны труда в организации, связанной с осуществлением спортивной деятельности. Перечислите гигиенические требования к местам проведения занятий в ИВС. Перечислите правила оказания первой помощи при травмах и ушибах (ОПК-3).

6. Перечислите правила пожарной безопасности в организации, связанной с осуществлением спортивной деятельности. Охарактеризуйте санитарные нормы и

правила, регламентирующие требования к обустройству спортивных сооружений базы практики. Профилактика травматизма на занятиях ИВС (ОПК-3).

7. Характер и способы проведения соревнований в ИВС. Судейская коллегия. Ее состав и обязанности судей. Права и обязанности участников (ПК-1).

8. Теоретико-методические рекомендации по развитию специальных физических качеств и способностей спортсменов в ИВС (ОПК-1; ПК-1).

9. Значение мотивации при совершенствовании спортивного мастерства. Принципы честной спортивной конкуренции в ИВС (ОПК-10; ПК-1).

10. Мотивация как важный раздел психологической подготовки спортсменов-лыжников. Привести примеры психологических приемов, формирующих мотивацию к занятиям ИВС (ОПК-4, 10; ПК-1).

11. Взаимосвязь спортивного отбора с этапами многолетней спортивной подготовки в ИВС (ОПК-2).

12. Антропометрические, физические и психические особенности спортсменов как важный фактор спортивного отбора в ИВС (ОПК-2).

13. Документы перспективного и оперативного планирования подготовки в ИВС, особенности их разработки (ОПК-1).

14. Составьте программу конкретного тренировочного занятия ИВС для занимающихся этапа начальной подготовки или тренировочного этапа (ОПК-1; ПК-1).

15. Перечислите средства и методы профилактики травматизма и заболеваний в ИВС (ОПК-3).

16. Составьте комплекс восстановительных мероприятий, включая приемы спортивного массажа с учетом специфики ИВС (ОПК-1, 3; ПК-1).

17. Педагогический контроль как важнейшая составляющая управления спортивной подготовкой спортсменов в ИВС (ПК-13).

18. Составьте программу корректирующих воздействий подготовки спортсменов в ИВС (ПК-13).

19. Особенности методики обучения приемам в ИВС (ПК-14).

20. Особенности построения процесса обучения технике приемов в ИВС (ПК-14).

21. Самоконтроль функционального состояния как важная составляющая при поддержании спортивной формы спортсменов-лыжников (ПК-15).

Самоконтроль при выполнении спортивной техники в ИВС (ПК-15).

### **Практические задания:**

**Задание 1.** Разработка общего планирования тренировочных занятий с учётом индивидуальных особенностей спортсмена.

**Задание 2.** Разработка стратегии подготовки в макроцикле.

**Задание 3.** Планирование мезоцикла в соответствии с решением частных задач подготовки.

**Задание 4.** Разработка анкеты (или плана устного опроса, или модификации методики, схемы/протокола наблюдения и др.) для получения информации о состоянии спортсмена.

**Задание 5.** Сбор и математико-статистическая обработка эмпирических данных (возможен и качественный анализ).

**Задание 6.** Письменный анализ тренировочного занятия.

## 3 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

### 3.1 Рекомендуемая литература

#### 3.1.1 Обязательная литература

1. Верхошанский, Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса [Текст]: научное издание / Ю. В. Верхошанский. – М.: Спорт, 2019. <https://www.iprbookshop.ru/88521.html>
2. Зибзеев В.В. Подготовка лыжников-двоеборцев и прыгунов на лыжах с трамплина: учеб. пособие. - Чайковский: ЧГИФК, 2013. 10 экз.
3. Курамшин Ю.Ф., Дитятин А.Н. Планирование, контроль и учёт в процессе спортивной подготовки: учеб. пособие. - СПб, 2007 <http://elib.sportedu.by/bitstream/handle/123456789/3556/>
4. Реуцкая, Е. А. Лыжный спорт: теория и методика : учебное пособие / Е. А. Реуцкая, Я. С. Романова. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. — 198 с. — ISBN 978-5-91930-147-9. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/109711.html>
5. Чертов, Н. В. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие / Н. В. Чертов. — Ростов-на-Дону, Таганрог : Издательство Южного федерального университета, 2022. — 154 с. — ISBN 978-5-9275-4211-6. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/129110.html>.  
— Режим доступа: для авторизир. пользователей

#### 8.1.2 Дополнительная литература

1. Зациорский, В. М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В. М. Зациорский. — 5-е изд. — Москва : Издательство «Спорт», 2020. <https://www.iprbookshop.ru/98647.html>
2. Мьякинченко, Е. Б. Силовая подготовка спортсменов высокого класса в циклических видах спорта с преимущественным проявлением выносливости : монография / Е. Б. Мьякинченко, А. С. Крючков, Т. Г. Фомиченко. — Москва : Издательство «Спорт», 2022. <https://www.iprbookshop.ru/121108.html>
3. Платонов, В. Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов / В. Н. Платонов. — Москва : Издательство «Спорт», 2022. — 656 с. — ISBN 978-5-907225-93-0. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/119191.html>.
4. Платонов, В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и её практическое применение. [Текст] / В. Н. Платонов. - К: Олимпийская литература, 2014. – 1 экз.
5. Современная система спортивной подготовки : монография / Л. П. Матвеев, В. Н. Платонов, В. П. Филин [и др.] ; под редакцией Б. Н. Шустина. — 2-е изд. — Москва : Издательство «Спорт», 2021. <https://www.iprbookshop.ru/104666.html>
6. Упражнения в системе спортивной подготовки: настольная книга тренера / И. Г. Максименко. - Москва : ООО "Принтлето", 2022. - 512 с. : ил. - ISBN 978-5-6048665-1-1. – 10 экз.

#### *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/](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/)
2. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «Лыжные гонки» <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405391717/>
3. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «Биатлон» <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212200025?index=0&rangeSize=1> .
4. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «Фристайл» <http://function.minsport.gov.ru/2022/doc/>
5. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «Горные лыжи» <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405775923/>
6. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «Прыжки на лыжах с трамплина» <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405782365/?ysclid=lsk772b36y895473247>
7. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «Лыжное двоеборье» <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405867215/?ysclid=lsk78q28m1283005177>

*Образец титульного листа*

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

**ОТЧЕТ  
о прохождении практики**

<b>ФИО обучающегося</b>	Иванов Иван Иванович
<b>Направление подготовки</b>	49.04.03 Спорт
<b>Профиль</b>	<i>«Спорт высших достижений и система подготовки спортсмена»</i>
<b>Вид, тип практики</b>	Производственная: тренерская
<b>Наименование профильной организации</b>	КГБУ СШОР «Старт», г. Чайковский
<b>Сроки практики</b>	с «__» _____ 202_ по «__» _____ 202_ г.
<b>Кафедра</b>	Сложно-координационных зимних видов спорта
<b>Руководитель практики от кафедры</b>	Горбунов С.А., к.п.н., доцент
<b>Руководитель от профильной организации</b>	Фролов А.В.

### **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. Конспект фрагмента учебно-тренировочного занятия для прикреплённых групп, всего 2 конспекта (по одному конспекту для подготовительной и заключительной частей).
6. Конспект учебно-тренировочного занятия для одной из прикреплённых групп.
7. Протокол педагогического наблюдения и анализа учебно-тренировочного занятия
8. Протокол измерения частоты сердечных сокращений на учебно-тренировочном занятии.
9. Протокол тестирования подготовленности занимающихся.
10. Официальная и техническая заявки на участие в соревнованиях в избранном виде спорта.
11. Протокол допинг-контроля
12. Заключение по практике (краткий описательный анализ результатов прохождения практики).

#### **В приложении к отчёту должны быть включены следующие материалы:**

1. Расписание учебно-тренировочных занятий в закреплённых за практикантом группах.

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

студента(ки)

\_\_\_\_\_ (ФИО студента, группа)

обучающегося(йся) по направлению подготовки 49.04.03 Спорт, профиль «Спорт высших достижений и система подготовки спортсменов»

Сроки практики: \_\_\_\_\_

Задания по практике	Код индикатора достижения компетенций	Сроки выполнения
1. Разработать документы планирования (фрагмент конспекта тренировочного занятия: подготовительной части, заключительной части)	УК-3.2 ОПК-1.2 ОПК-1.3	1-2 неделя
1. Провести часть (подготовительную, заключительную) учебно-тренировочного занятия, под наблюдением тренера-преподавателя.	УК-6.2 УК-6.3 ОПК-3.2 ОПК-3.3 ОПК-5.2 ОПК-5.3	2-3 неделя
1. Разработать план-конспект учебно-тренировочного занятия 2. Оформить официальную и техническую заявки для участия спортсменов в соревнованиях	ОПК-1.2 ОПК-5.2 ОПК-5.3	2-3 неделя
1. Пройти инструктаж по ознакомлению с требованиями охраны труда, технике безопасности, пожарной безопасности, правил внутреннего трудового распорядка	УК-6.1 УК-6.2 ОПК-4.2	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-2.2 ОПК-3.2 ОПК-3.3 ПК-1.2 ПК-1.3 ПК-2.1 ПК-2.2 ПК-2.3	4-10 неделя
1. Разработать план воспитательной работы 2. Организовать и провести воспитательное культурно-массовое (спортивное) мероприятие. 3. Подготовить отчёт-анализ проведённого мероприятия.	ОПК-4.2 ОПК-4.3 ОПК-5.3	6-10 неделя
1. Консультация с руководителями практики по ведению отчётной документации 2. Защитить отчёт по учебной практике: тренерской	УК-6.1 УК-6.3 ОПК-3.3	весь период практики  10 неделя
1. Разработать документы планирования (конспект) учебно-тренировочного занятия.	ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК-1.3 ПК-2.3	2-3 неделя
2. Заполнить протокол наблюдения и анализа учебно-тренировочного занятия. 3. Провести анализ тренировочного занятия	ОПК-10.2 ОПК-10.3	3-7 неделя
1. Просмотреть на сайте РУСАДА видеоурок по процедуре допинг контроля 2. Заполнить протокол допинг контроля совместно с занимающимся.	ПК-2.2	4-5 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»)
УК-3	УК-3.2	<p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать групповые формы принятия решений;</li> <li>- планировать, координировать и контролировать работу работников, спортивных организаций;</li> <li>- оценивать экономическую эффективность решений по управлению персоналом;</li> <li>- оценивать профессиональные и личностные качества работников по результатам аттестации, собеседования</li> </ul>	<p>Разработать документы планирования (фрагмент конспекта тренировочного занятия: подготовительной части, заключительной части)</p>	
УК-6	УК-6.2	<p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценивать результаты собственной профессиональной деятельности, вносить в нее коррективы</li> </ul>	<p>Провести часть (подготовительную, заключительную) учебно-тренировочного занятия, под</p>	

			наблюдением тренера-преподавателя	
ОПК-1	ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК-1.3	<p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- систему управления спортом в Российской Федерации;</li> <li>- стратегический менеджмент в физической культуре и спорте;</li> <li>- общие положения технологии планирования подготовительной и соревновательной деятельности спортсменов;</li> <li>- положения, правила и регламенты проведения международных спортивных соревнований, принятые международными федерациями по видам спорта;</li> <li>- основные закономерности и принципы построения спортивной тренировки.</li> </ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ставить цель, выбирать конкретные средства, методы, приемы в отношении поставленных задач спортивной подготовки;</li> <li>- выбирать эффективные средства, методы и условия, позволяющие направленно воздействовать на развитие спортсмена, обеспечивая необходимую степень его готовности к спортивным достижениям.</li> </ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- составления индивидуальных сводных перспективных, этапных, текущих планов подготовки и календаря соревнований квалифицированных спортсменов;</li> <li>- планирования тренировочных нагрузок при построении олимпийских макроциклов;</li> <li>- подготовки рекомендаций по координации деятельности физкультурно-спортивных организаций, тренеров и специалистов, принимающих участие в подготовке резерва спортивных команд.</li> </ul>	Разработать документы планирования (фрагмент конспекта тренировочного занятия: подготовительной части, заключительной части)	
ОПК-2	ОПК-2.2 ОПК-2.3	<p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- диагностировать спортивные возможности индивидуума, оценивать перспективы достижения спортсменом результатов</li> </ul>	1.Провести измерение частоты сердечных сокращений на занятии.	

		<p>международного класса; - проводить методически обоснованный отбор в резерв спортивной сборной команды; - выявлять уровень подготовленности</p> <p><i>Имеет опыт:</i> - анализа выступления спортсменов, входящих в резерв спортивной сборной команды Российской Федерации по виду спорта, на основе посещения региональных тренировочных сборов, спортивных соревнований, отдельных физкультурно-спортивных организаций</p>	<p>2. Заполнить протокол пульсометрии и написать заключение</p> <p>3. Провести оценку уровня подготовленности занимающихся с заполнением протокола тестирования и анализом результатов.</p> <p>4. Заполнить протокол наблюдения и анализа учебно-тренировочного занятия.</p> <p>5. Провести анализ тренировочного занятия</p>	
ОПК-3	ОПК-3.1 ОПК-3.2 ОПК-3.3	<p><i>Знает:</i> - градации и ведущую классификацию упражнений как средств подготовки спортсмена; - оправданные величины тренировочных и соревновательных нагрузок, достигнутые в спорте на различных стадиях и этапах многолетней тренировки, в том числе предельные тренировочные нагрузки; - современные методики спортивной тренировки; - методики обеспечения роста технического и тактического мастерства, функциональной и психологической подготовленности в спорте высших достижений; - технологии принятия решений о состоянии спортсмена; - особенности построения тренировочной и соревновательной деятельности в экстремальных условиях внешней среды; - современные методики мотивации и премирования сотрудников в междисциплинарной команде.</p> <p><i>Умеет:</i></p> <p>- использовать групповые формы принятия решений; - анализировать новые подходы и методические решения в области проектирования и</p>	<p>1. Провести часть (подготовительную, заключительную) учебно-тренировочного занятия, под наблюдением тренера-преподавателя.</p>	

		<p>реализации программ подготовке спортивного резерва и спортивных сборных команд; - выявлять и обосновывать достоинства и недостатки различных методик, в том числе инновационных; - проводить тренировки в рамках структуры годового цикла на основе комплексной программы подготовки; - моделировать соревновательную деятельность спортсмена с учетом технической, тактической, функциональной и психической подготовленности; <i>Имеет опыт:</i> - проведения различных видов тренировочных занятий (фрагментов) по ИВС с квалифицированными спортсменами.</p>		
ОПК-4	ОПК-4.2 ОПК-4.3	<p><i>Умеет:</i> - определять наиболее эффективные средства и методы воспитательной работы с участниками спортивных сборных команд; - оценивать воспитательный потенциал мероприятий спортивной направленности; - проводить мероприятия, направленные на укрепление и сплочение трудоого коллектива; - оценивать состояние морально- психологического климата в спортивной команде, предупреждать и разрешать конфликтные ситуации. <i>Имеет опыт:</i> - разработки концепции воспитательной работы спортивной команды.</p>	1. Организовать и провести мероприятия по воспитательной работе, в том числе с использованием средств спортивной подготовки.	
ОПК-5	ОПК-5.2	<p><i>Умеет:</i> - оперировать основными теоретическими знаниями о физической культуре и спорте на основе критического осмысления; - анализировать новые подходы и методические решения в области пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта; - оценивать роль и значение спорта в системе воспитания и других социальных сферах</p>	1. Разработать план- конспект учебно- тренировочного занятия 2. Оформить официальную и техническую заявки для участия спортсменов в соревнованиях	
ОПК-10	ОПК-10.2	<p><i>Умеет:</i> - разрабатывать рациональные варианты системы соревнований в</p>	1. Пройти инструктаж по ознакомлению с требованиями охраны	

		различных условиях спортивной практики; - определять влияние изменения правил соревнований на подготовку спортсменов; - определять общую стратегию подготовки к соревнованиям (средства, методы тренировки, параметры тренировочных нагрузок, использование внутренировочных факторов)	труда, технике безопасности, пожарной безопасности, правил внутреннего трудового распорядка	
ПК-1	ПК-1.2 ПК-1.3	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- соблюдать нравственные и этические нормы в процессе коммуникации;</li> <li>- пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи;</li> <li>- использовать критерии оценки подготовленности спортсмена - кандидата в спортивные сборные команды для контроля процесса отбора;</li> <li>- комплексно оценивать спортивный потенциал, уровень психологической устойчивости, стабильность результатов выступлений в течение предшествующего спортивного сезона, способность к предельной мобилизации в соревновательной обстановке кандидатов в спортивную сборную команду и прогнозировать развитие спортивного потенциала кандидата;</li> <li>- оценивать обоснованность представлений тренеров, специалистов по подготовке и пополнению спортивного резерва, по формированию списка кандидатов в спортивную сборную команду;</li> <li>- анализировать базы данных системы подготовки спортивного резерва;</li> </ul> <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организации и контроля процесса отбора в системе подготовки спортсмена;</li> <li>- Пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи;</li> <li>- анализа базы данных системы</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Просмотреть на сайте РУСАДА видеоурок по процедуре допинг контроля</li> <li>2. Заполнить протокол допинг контроля совместно с занимающимся. Провести измерение частоты сердечных сокращений на занятии.</li> <li>3. Заполнить протокол пульсометрии и написать заключение</li> <li>4. Провести оценку уровня подготовленности занимающихся с заполнением протокола тестирования и анализом результатов.</li> <li>5. Провести анализ соревновательной деятельности спортсмена.</li> <li>6. Консультация с руководителями практики по ведению отчётной документации</li> </ol>	

		<p>подготовки спортивного резерва;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использования основ научно-методического обеспечения спортивной подготовки;</li> <li>- контроля соблюдения спортсменами и тренерским составом спортивной сборной команды антидопинговых правил;</li> <li>- осуществления командного и индивидуального годового, периодического и этапного планирования спортивной подготовки спортивной сборной команды;</li> <li>- применения методик тестирования спортивного резерва.</li> </ul>		
ПК-2	ПК-2.1 ПК-2.2 ПК-2.3	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- уровень рекордных результатов соревновательной деятельности по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин), достигнутых профессиональными спортсменами;</li> <li>- тенденции развития вида спорта;</li> <li>- средства и методы совершенствования физической, технико-тактической, психологической, функциональной подготовки спортсменов спортивной сборной команды и методы контроля уровня разносторонней подготовки;</li> <li>- система научно-методического, медико-биологического и антидопингового обеспечения подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации;</li> <li>- методы повышения конкурентоспособности спортсмена спортивной сборной команды Российской Федерации по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин)</li> </ul> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- управлять спортивной сборной</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Разработать документы планирования (конспект) учебно-тренировочного занятия.</li> <li>2. Заполнить протокол наблюдения и анализа учебно-тренировочного занятия.</li> <li>3. Провести анализ тренировочного занятия</li> <li>4. Просмотреть на сайте РУСАДА видеоурок по процедуре допинг контроля</li> <li>2. Заполнить протокол допинг контроля совместно с занимающимся.</li> </ol>	

		<p>командой в соревновательном процессе;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Прогнозировать спортивные достижения спортивной сборной команды;</li> <li>- разрабатывать и оперативно корректировать индивидуальные, командные и групповые тактические системы, схемы и варианты при участии в соревнованиях спортивной сборной команды;</li> <li>-использовать информационные технологии для анализа выступления спортивной сборной команды на спортивных соревнованиях;</li> <li>- планировать централизованную подготовку спортивной сборной команды;</li> <li>- анализировать эффективность спортивной подготовки спортсменов спортивной сборной команды;</li> <li>- создавать условия непримиримости к использованию допинга спортсменами, тренерским составом спортивной сборной команды;</li> <li>- ставить цели, определять задачи специалистам спортивной сборной команды исходя из стратегии подготовки спортивной сборной команды, добиваться их исполнения;</li> <li>- использовать в тренировочном процессе информационные технологии для анализа индивидуальной и централизованной подготовки спортивной сборной команды;</li> <li>- систематизировать и применять лучшие практики подготовки спортивных сборных команд.</li> </ul> <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разработки общей стратегии, целевых показателей выступления спортивной сборной команды на спортивном соревновании;</li> <li>- управления спортивной сборной командой в соревновательном процессе;</li> </ul>		
--	--	---	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- использования информационных технологий для анализа выступления спортивной сборной команды на спортивных соревнованиях;</li> <li>- проведения анализа результатов выступления спортивной сборной команды, выявления негативных тенденций;</li> <li>- систематизации и применения лучших практик соревновательной стратегии и тактики сборных команд.</li> </ul>		
--	--	--	--	--

Рекомендации по совершенствованию профессиональной подготовки студентов-практикантов 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*



**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)

**Конспект заключительной 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
3. Заключительная 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)

**Конспект 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		
2. Основная		
3. Заключительная		

Заключение по занятию: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Оценка за проведение: \_\_\_\_\_

Обучающийся

\_\_\_\_\_

подпись

\_\_\_\_\_

(ФИО)

Руководитель практики  
от кафедры

\_\_\_\_\_

подпись

\_\_\_\_\_

(ФИО)

Руководитель практики  
от профильной  
организации

\_\_\_\_\_

подпись

\_\_\_\_\_

(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: \_\_\_\_\_

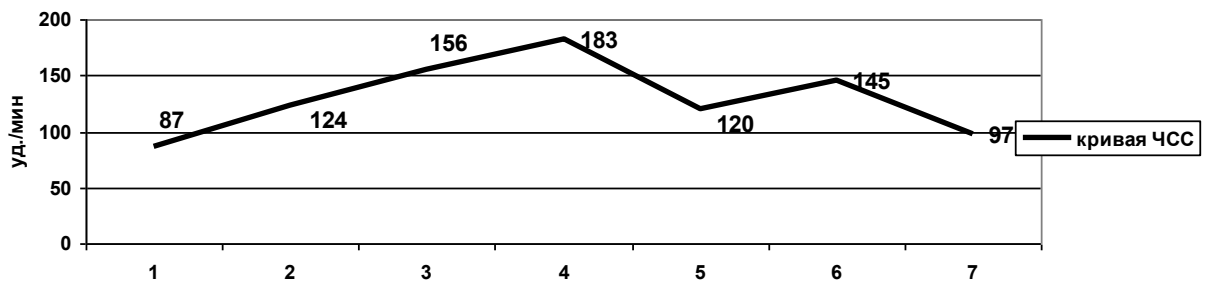
Частота сердечных сокращений (ЧСС) занимающегося в покое: \_\_\_\_\_ ударов в минуту

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

**ТЕХНИЧЕСКАЯ ЗАЯВКА**

**Команда** \_\_\_\_\_  
(наименование организации)

**на участие** \_\_\_\_\_  
(наименование соревнований)

**место проведения** \_\_\_\_\_ **дата проведения** \_\_\_\_\_

Представитель (Ф.И.О.) _____
Моб. телефон: _____ E-mail: _____

№ п/п	Фамилия, Имя <i>(полностью)</i>	Дата рождения	Спорт. квалиф.	Программа соревнований (+)			Тренер
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
...							

\_\_\_\_\_   
подпись представителя

\_\_\_\_\_   
время подачи заявка

\_\_\_\_\_   
подпись секретаря



**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 производственной практики в профильной организации.

---

дата

---

подпись обучающегося

**Расписание учебно-тренировочных занятий**

*(указать вид спорта)*

Время занятий	Дни занятий (группа подготовки)						
	Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.	Вс.

Руководитель практики от  
профильной организации

\_\_\_\_\_ (подпись)

\_\_\_\_\_ (ФИО)