

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

«Забайкальский государственный университет»  
(ФГБОУ ВО «ЗабГУ»)

Факультет физической культуры и спорта

Кафедра спортивных, медико-биологических дисциплин

УТВЕРЖДАЮ  
Декан  
  
«30» августа 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРАКТИКИ**

**Б2.О.04(П) Производственная практика (тренерская)**

для направления подготовки (специальности) 49.03.01 Физическая культура

Направленность ОП «Спортивная тренировка, фитнес»

составлена в соответствии с ФГОС ВО, утвержденным приказом

Министерства образования и науки Российской Федерации

от «19» сентября 2017 г. № 940

## 1. Цель и задачи производственной практики (тренерской)

**Целью проведения практики** формирование у студентов умений и навыков ведения учебно-тренировочного и воспитательного процесса в учреждениях дополнительного образования спортивной направленности, физкультурно-спортивных организациях (фитнес-центрах, фитнес-клубах).

### **Задачами практики являются**

- 1) Содействовать накоплению студентами опыта педагогической деятельности в качестве преподавателя, тренера, инструктора в различных структурах дополнительного образования детей и взрослого населения, физкультурно-оздоровительных клубах различного профиля, физкультурно-спортивных организациях (фитнес-центрах, фитнес-клубах).
- 2) Формировать навык самостоятельного проведения учебно-тренировочного процесса в избранном виде спорта на основе глубоких знаний теории и методики спортивной тренировки, оздоровительной и рекреационной работы с детьми, подростками и взрослым населением, а также с лицами, имеющими отклонения в здоровье и физическом развитии;
- 3) Участвовать в организации и проведении физкультурно-оздоровительной, досуговой, спортивно-массовой, а также рекреационной работы на уровне образовательного учреждения, предприятия, клуба.
- 4) Формирование исследовательского подхода к деятельности бакалавра в различных учреждениях и организациях.
- 5) Проведение учебно-тренировочных занятий в учебно-тренировочных группах и физкультурно-спортивных организациях (фитнес-центрах, фитнес-клубах)..

## 2. Место практики в структуре образовательной программы

Производственная практика (тренерская): для направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура, профиль – Спортивная тренировка» логически и содержательно связана с другими дисциплинами учебного плана: «Теория и методика спортивной тренировки», «Теория и методика фитнес-тренировки», «Фитнес-технологии», «Профессионально-спортивное совершенствование», «Проектно-исследовательская деятельность в спорте».

Практика предназначена для закрепления знаний, умений и навыков, полученных при изучении следующих разделов образовательной программы:

| № п/п | Наимен-е компет-ии | Предшествующие разделы, дисциплины ОПОП                          | Последующие разделы, дисциплины ОПОП                           |
|-------|--------------------|--|--|
| 1.    | <b>УК-2</b>        | Правоведение<br>Проектно-исследовательская деятельность в спорте | Производственная практика<br>(профессионально-ориентированная) |

|    |               |  |   |
|----|---------------|--|---|
|    |               | Учебная практика (педагогическая)<br>Учебная практика (тренерская)<br>Производственная практика (технологическая)  | Производственная практика (преддипломная)<br>Подготовка и сдача государственного экзамена<br>Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы                   |
| 2. | <b>ОПК-1</b>  | Теория и методика физической культуры<br>Психология физической культуры и спорта<br>Проектно-исследовательская деятельность в спорте<br>Теория и методика обучения легкой атлетике<br>Теория и методика обучения гимнастике<br>Теория и методика обучения баскетболу<br>Теория и методика обучения волейболу<br>Теория и методика обучения футболу<br>Теория и методика обучения плаванию<br>Теория и методика обучения лыжному спорту<br>Теория и методика спортивной тренировки<br>Адаптивный спорт<br>Анатомия и физиология (с возрастными особенностями человека)<br>Спортивная морфология и физиология<br>Биохимия человека с основами спортивной биохимии<br>Основы биомеханики движений человека и кинезиологии<br>Спортивная медицина и лечебная физическая культура<br>Теория и методика фитнес-тренировки<br>Адаптивные настольные спортивные игры<br>Адаптивные виды двигательной деятельности<br>Учебная практика (педагогическая)<br>Учебная практика (тренерская)<br>Производственная практика (технологическая) | Производственная практика (профессионально-ориентированная)<br>Подготовка и сдача государственного экзамена<br>Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы |
| 3. | <b>ОПК-4</b>  | Теория и методика спортивной тренировки<br>Фитнес-технологии<br>Теория и методика фитнес-тренировки<br>История и социология физической культуры и спорта<br>Олимпийское и паралимпийское образование<br>Учебная практика (тренерская)<br>Учебная практика (тренерская)<br>Производственная практика (технологическая)  | Производственная практика (профессионально-ориентированная)<br>Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы   |
| 4. | <b>ОПК-7</b>  | Профессионально-спортивное совершенствование<br>Теория и методика обучения легкой атлетике<br>Теория и методика обучения гимнастике<br>Теория и методика обучения баскетболу<br>Теория и методика обучения волейболу<br>Теория и методика обучения футболу<br>Теория и методика обучения плаванию<br>Теория и методика обучения лыжному спорту<br>Спортивная медицина и лечебная физическая культура<br>Общий и спортивный массаж<br>Основы организации первой доврачебной помощи<br>Учебная практика (педагогическая)<br>Учебная практика (тренерская)<br>Производственная практика (технологическая)   | Производственная практика (профессионально-ориентированная)<br>Подготовка и сдача государственного экзамена   |
| 5. | <b>ОПК-14</b> | Организация деятельности спортивных школ   | Производственная практика (профессионально-ориентированная)<br>Подготовка к процедуре защиты и  |

|    |             |  |  |
|----|-------------|--|--|
|    |             |  | защита выпускной квалификационной работы   |
| 6. | <b>ПК-2</b> | Проектно-исследовательская деятельность в спорте<br>Теория и методика спортивной тренировки<br>Организация и судейство спортивных соревнований<br>Учебная практика (тренерская)<br>Учебная практика (технологическая)  | Производственная практика (профессионально-ориентированная)<br>Производственная практика (преддипломная)<br>Подготовка и сдача государственного экзамена<br>Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы |
| 7. | <b>ПК-3</b> | Проектно-исследовательская деятельность в спорте<br>Фитнес-технологии<br>Теория и методика фитнес-технологий<br>Маркетинг в фитнес-индустрии<br>Консультирование населения по вопросам здорового и активного долголетия<br>Консультирование населения по вопросам ЗОЖ и физической активности<br>Методы коммуникации и самопрезентации в фитнес-индустрии<br>Основы фитнес-коучинга<br>Учебная практика (тренерская) | Производственная практика (профессионально-ориентированная)<br>Производственная практика (преддипломная)<br>Подготовка и сдача государственного экзамена<br>Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы |

### 3. Способы, формы и места проведения практики

Производственная практика (тренерская) проводится в учреждениях дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности г. Читы. Способ проведения практики – стационарная. Форма проведения практики дискретно – путём выделения в календарном графике непрерывного периода учебного времени для проведения практики. Место проведения практики: ДЮСШ, учреждения дополнительного образования г. Читы и Забайкальского края, физкультурно-спортивные организации (фитнес-центры, фитнес-клубы) г. Читы и Забайкальского края.

### 4. Перечень планируемых результатов обучения при прохождении практики, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Процесс прохождения практики направлен на формирование следующих компетенций:

| Планируемые результаты освоения образовательной программы  |   | Планируемые результаты обучения по практике   |
|--|---|---|
| Код и наименование компетенции   | Индикаторы достижения компетенции, формируемые в рамках практики  | Дескрипторы: знания, умения, навыки и (или) опыт деятельности   |
| УК-2 - Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, | УК-2.1. Знает:<br>- круг задач в рамках поставленной цели;<br>- оптимальные способы их решения;<br>- ресурсы и ограничения в рамках решаемых задач;<br>- основное содержание своего правового статуса; особенности российской правовой системы;<br>- основные правовые акты, регулирующие будущую профессиональную деятельность;<br>- особенности правового регулирования будущей | Знать:<br>- оптимальные способы решения поставленных задач, ресурсы и ограничения;<br>- нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность тренера; |

|   |  |   |
|---|--|---|
| имеющихся ресурсов и ограничений  | <p>профессиональной деятельности на основе действующего законодательства.</p>  | <p>- профессиональный стандарт тренера.</p>   |
|   | <p>УК-2.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ориентироваться в нормативно-правовой базе, регулирующей сферу физической культуры и спорта;</li> <li>- способствовать формированию личности обучающихся в процессе занятий избранным видом спорта, ее приобщению к общечеловеческим ценностям, здоровому образу жизни, моральным принципам честной спортивной конкуренции;</li> <li>- выявлять проблему и находить пути ее решения на основе законодательства;</li> <li>- применять нормативные правовые акты для решения конкретных ситуаций;</li> <li>- осуществлять планирование тренировочного процесса с установкой на достижение высоких спортивных результатов.</li> </ul>  | <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способствовать формированию личности обучающихся в процессе занятий избранным видом спорта, ее приобщению к общечеловеческим ценностям, здоровому образу жизни, моральным принципам честной спортивной конкуренции;</li> <li>- планировать тренировочный процесс в учебно-тренировочной группе с установкой на достижение высоких спортивных результатов.</li> </ul>   |
|   | <p>УК-2.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правового статуса физических и юридических лиц для определения круга задач в рамках поставленной цели и выбора оптимального способа их решения;</li> <li>- осуществления профессиональной деятельности, руководствуясь Конституцией Российской Федерации, законами Российской Федерации и нормативными документами органов управления физической культурой и спортом, и образованием, нормативно-правовыми актами в сфере физической культуры и спорта, и образования;</li> <li>- организации работу малых коллективов исполнителей;</li> <li>- соблюдения правил и норм охраны труда, техники безопасности;</li> <li>- обеспечения охраны жизни и здоровья занимающихся в процессе занятий в соответствии с законодательством РФ.</li> </ul>  | <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способностью организовать работу малых коллективов исполнителей;</li> <li>- способностью планировать учебно-тренировочный в учебно-тренировочной группе с соблюдением техники безопасности;</li> <li>- способностью обеспечения охраны жизни и здоровья занимающихся в процессе занятий в соответствии с законодательством РФ.</li> </ul>  |
| <p>ОПК-1 - Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p> | <p>ОПК-1.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения;</li> <li>- влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального Статуса;</li> <li>- биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека;</li> <li>- биомеханику статических положений и различных видов движений человека;</li> <li>- биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью;</li> <li>- химический состав организма человека;</li> <li>- возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом;</li> <li>- особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп;</li> <li>- физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте;</li> </ul> | <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- особенности занимающихся различного пола и возраста, критерии оценки их физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения;</li> <li>- влияние нагрузок разной направленности на организм занимающихся;</li> <li>- основные функции органов и систем человека в возрастном и половом аспекте;</li> <li>- основные положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с</li> </ul> |

|  |  |  |
|--|--|--|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте;</li> <li>- физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе;</li> <li>- физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления;</li> <li>- анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств;</li> <li>- психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации;</li> <li>- основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста;</li> <li>- положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся;</li> <li>- специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования;</li> <li>- целевые результаты и параметры применяемых нагрузок;</li> <li>- методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования;</li> <li>- основные и дополнительные формы занятий;</li> <li>- документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах;</li> <li>- организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования;</li> <li>- организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту;</li> <li>- терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий);</li> <li>- принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту;</li> <li>- содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;</li> <li>- правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;</li> <li>- способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;</li> <li>- терминологию, классификацию и общую</li> </ul> | <p>различным контингентом обучающихся и занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- специфику планирования тренировочного процесса, структуру построения занятий, формы и способы планирования в учебно-тренировочной группе;</li> <li>- документы планирования тренировочного процесса в учебно-тренировочной группе на разных стадиях и этапах;</li> <li>- терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;</li> <li>- содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;</li> <li>- терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;</li> <li>- средства и методы физической, технической, тактической, психологической подготовки в ИВС;</li> <li>- методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;</li> <li>- способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС;</li> <li>- виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС.</li> </ul> |
|--|--|--|

|  |  |   |
|--|--|---|
|  | <p>характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- средства и методы физической, технической, тактической психологической подготовки в ИВС;</li> <li>- методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;</li> <li>- способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС;</li> <li>- виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС.</li> </ul>  |   |
|  | <p>ОПК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастного-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок;</li> <li>- оценивать эффективность статических положений и движений человека;</li> <li>- применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью;</li> <li>- выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности;</li> <li>- описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом;</li> <li>- учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом;</li> <li>- повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом;</li> <li>- поддерживать высокий уровень спортивной мотивации;</li> <li>- планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта;</li> <li>- планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой;</li> <li>- определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени;</li> <li>- ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке;</li> <li>- решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;</li> <li>- определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных</li> </ul> | <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подбирать тренировочную нагрузку в учебно-тренировочной группе с учетом особенностей физического развития;</li> <li>- планировать учебно-тренировочный процесс с учетом возрастных психологических особенностей занимающихся ИВС в учебно-тренировочной группе;</li> <li>- мотивировать занимающихся к учебно-тренировочным занятиям в учебно-тренировочной группе;</li> <li>- планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта;</li> <li>- планировать учебно-воспитательный в учебно-тренировочной группе в соответствии с дополнительной общеобразовательной программой;</li> <li>- подбирать средства и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме тренировочного процесса и вне;</li> <li>- использовать на занятиях формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей ИВС в учебно-тренировочной группе;</li> <li>- определять формы,</li> </ul> |

|  |  |   |
|--|--|---|
|  | <p>задач;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта;</li> <li>- определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке;</li> <li>- определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС;</li> <li>- подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС;</li> <li>- подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся;</li> <li>- раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;</li> <li>- планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</li> </ul> | <p>методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности, занимающихся при освоении программы избранного вида спорта в учебно-тренировочной группе;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ставить задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС;</li> <li>- подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС;</li> <li>- подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся;</li> <li>- раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;</li> <li>- планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</li> </ul> |
|  | <p>ОПК-1.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности;</li> <li>- проведения анатомического анализа физических упражнений;</li> <li>- биомеханического анализа статических положений и движений человека;</li> <li>- планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке;</li> <li>- планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки;</li> <li>- планирования учебно-тренировочных занятий по ИВС;</li> <li>- составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ;</li> <li>- планирования занятий по учебному предмету</li> </ul>  | <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- опытом планирования учебно-тренировочных занятий по ИВС;</li> <li>- опытом планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций);</li> <li>- опытом планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</li> </ul>   |



|  |   |  |
|--|---|--|
|  | <p>«Физическая культура»;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций);</li> <li>- планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</li> </ul>   |  |
| <p>ОПК-4- Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта</p> | <p>ОПК-4.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- историю развития и современное состояние ИВС, его место и значение в физической культуре, науке и образовании;</li> <li>- терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;</li> <li>- цель, задачи и содержание курса ИВС;</li> <li>- технику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;</li> <li>- средства и методы техникой и тактической подготовки в ИВС;</li> <li>- методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;</li> <li>- средства и методы физической подготовки в ИВС;</li> <li>- воспитательные возможности занятий ИВС;</li> <li>- специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС;</li> <li>- специфику деятельности специалиста по ИВС в различных сферах физической культуры и спорта.</li> </ul>  | <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;</li> <li>- средства и методы техникой и тактической подготовки в ИВС;</li> <li>- методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;</li> <li>- средства и методы физической подготовки в ИВС;</li> <li>- воспитательные возможности занятий ИВС;</li> <li>- специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС;</li> <li>- специфику деятельности специалиста по ИВС в различных сферах физической культуры и спорта.</li> </ul> |
|  | <p>ОПК-4.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять методы организации деятельности занимающихся на занятиях по ИВС с учетом материально-технических возможностей организации, возрастных особенностей занимающихся;</li> <li>- использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по ИВС в зависимости от поставленных задач;</li> <li>- использовать в своей деятельности терминологию ИВС;</li> <li>- распределять на протяжении занятия средства ИВС с учетом их влияния на организм занимающихся;</li> <li>- рассказывать в доступной форме об эволюции и современном уровне развития ИВС;</li> <li>- показывать основные двигательные действия ИВС, специальные и подводящие упражнения;</li> <li>- объяснять технику выполнения упражнений, ставить двигательную задачу в ИВС;</li> <li>- пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами на занятиях по ИВС;</li> <li>- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений ИВС;</li> <li>- контролировать и оценивать работу занимающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и</li> </ul> | <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать методы организации деятельности занимающихся на занятиях по ИВС с учетом материально-технических возможностей организации, возрастных особенностей занимающихся;</li> <li>- применять методы, средства и методические приемы при проведении занятий по ИВС в зависимости от поставленных задач;</li> <li>- пользоваться терминологией ИВС на занятиях;</li> <li>- распределять на протяжении занятия средства ИВС с учетом их влияния на организм занимающихся;</li> <li>- рассказывать в доступной форме об эволюции и современном уровне развития ИВС;</li> </ul>            |

|  |  |  |
|--|--|--|
|  | <p>затруднения в освоении средств ИВС, определять их причины, индивидуализировать и корректировать процесс обучения и воспитания;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценивать качество выполнения упражнений в ИВС и определять ошибки в технике;</li> <li>- определять причины возникновения у занимающихся, ошибок в технике движений в ИВС, подбирать приемы и средства для их устранения;</li> <li>- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по ИВС.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- показывать основные двигательные действия ИВС, специальные и подводящие упражнения;</li> <li>- объяснять технику выполнения упражнений, ставить двигательную задачу в ИВС;</li> <li>- пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами на занятиях по ИВС;</li> <li>- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений ИВС;</li> <li>- контролировать и оценивать работу занимающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств ИВС, определять их причины, индивидуализировать и корректировать процесс обучения и воспитания;</li> <li>- оценивать качество выполнения упражнений в ИВС и определять ошибки в технике;</li> <li>- определять причины возникновения у занимающихся, ошибок в технике движений в ИВС, подбирать приемы и средства для их устранения;</li> <li>- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по ИВС.</li> </ul> |
|  | <p>ОПК-4.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнения и демонстрации основных двигательных действий в ИВС;</li> <li>- владения техникой ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов;</li> <li>- подготовки материалов для проведения беседы, теоретического занятия по ИВС;</li> <li>- проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося.</li> </ul>   | <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способностью выполнить и продемонстрировать основные двигательные действия в ИВС;</li> <li>- техникой ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов;</li> <li>- опытом подготовки материалов для проведения беседы, теоретического занятия по ИВС;</li> <li>- опытом проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС в учебно-тренировочной группе по</li> </ul>   |

|   |  |  |
|---|--|--|
|   |  | обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося.   |
| ОПК-7- Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь | <p>ОПК-7.1 Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены;</li> <li>- основные разделы гигиенической науки и их содержания;</li> <li>- санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде;</li> <li>- нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий;</li> <li>- приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.)</li> <li>- санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором;</li> <li>- основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви;</li> <li>- основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах;</li> <li>- факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности;</li> <li>- гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп;</li> <li>- этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма;</li> <li>- противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей;</li> <li>- основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации;</li> <li>- этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем;</li> <li>- внешние признаки утомления и переутомления занимающихся;</li> <li>- правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера;</li> <li>- санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма;</li> <li>- факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом;</li> <li>- приемы помощи и страховки при проведении</li> </ul> | <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- санитарно-гигиенические требования к занятиям ИВС в учебно-тренировочной группе;</li> <li>- противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений в ИВС в учебно-тренировочной группе, которые являются потенциально опасными для здоровья детей;</li> <li>- внешние признаки утомления и переутомления занимающихся;</li> <li>- специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС;</li> <li>- основные требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВС.</li> </ul> |

|  |   |  |
|--|---|--|
|  | <p>занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп;</li> <li>- специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС;</li> <li>- причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВС;</li> <li>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВС.</li> </ul>  |  |
|  | <p>ОПК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий);</li> <li>- оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала;</li> <li>- проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;</li> <li>- распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений;</li> <li>- оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях;</li> <li>- распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью;</li> <li>- осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом;</li> <li>- разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря;</li> <li>- вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений;</li> <li>- поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий;</li> <li>- выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря;</li> <li>- обеспечивать безопасное выполнение упражнений</li> </ul> | <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм;</li> <li>- реализовывать контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом;</li> <li>- оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала;</li> <li>- объяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря;</li> <li>- проводить беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений в ИВС;</li> <li>- поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий ИВС в учебно-тренировочной группе;</li> <li>- выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря;</li> <li>- обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВС.</li> </ul> |

|   |  |  |
|---|--|--|
|   | <p>на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВС;</li> <li>- выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</li> </ul>   |  |
|   | <p>ОПК-7.3. Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях;</li> <li>- использования специальной аппаратуры и инвентаря;</li> <li>- оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;</li> <li>- проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил;</li> <li>- проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом;</li> <li>- составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний;</li> <li>- обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВС;</li> <li>- обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации;</li> <li>- обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий;</li> <li>- ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.</li> </ul> | <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знаниями для оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;</li> <li>- опытом проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил;</li> <li>- опытом проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях ИВС;</li> <li>- способностью обеспечить безопасность при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВС;</li> <li>- способностью обеспечить безопасность проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий.</li> </ul> |
| <p>ОПК-14- Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса</p> | <p>ОПК-14.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту;</li> <li>- систему организации тренировочного процесса в организации дополнительного образования детей по физической культуре и спорту;</li> </ul>  | <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному процессу при занятиях ИВС в учебно-тренировочной группе;</li> </ul>   |

|  |  |  |
|--|--|--|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта;</li> <li>- требования профессиональных стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности;</li> <li>- федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине);</li> <li>- федеральные государственные требования к реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта;</li> <li>- содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии;</li> <li>- основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации;</li> <li>- показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по ИВС;</li> <li>- особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине);</li> <li>- содержание методического обеспечения тренировочного процесса, включая современные методы и инновационные технологии;</li> <li>- показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по ИВС;</li> <li>- особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС.</li> </ul> |
|  | <p>ОПК-14.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- изучать и обобщать информацию в области методического обеспечения физической культуры и спорта;</li> <li>- определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов;</li> <li>- анализировать проведенные занятия по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности;</li> <li>- анализировать проведенные занятия по ИВС для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности.</li> </ul>   | <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного процесса;</li> <li>- проводить анализ занятий по ИВС для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности.</li> </ul>   |
|  | <p>ОПК-14.3. Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетки, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки, ИВС;</li> <li>- разработки методического обеспечения тренировочного процесса;</li> <li>- планирования информационного сопровождения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера.</li> </ul>  | <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способностью разрабатывать методическое обеспечение тренировочного процесса.</li> </ul>   |

|  |   |  |
|--|---|--|
| ПК-2- Способен проводить тренировочный процесс и руководить состязательной деятельностью спортсменов на этапах спортивной подготовки по избранному виду спорта | <p>ПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- процесс отбора обучающихся в группы и секции на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине;</li> <li>- методику совершенствования специальных физических качеств и повышения функциональных возможностей организма спортсменов;</li> <li>- методику развития навыков соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине;</li> <li>- планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине;</li> <li>- особенности подготовки спортсменов к достижению высоких спортивных результатов;</li> <li>- методику тренировочного процесса со спортсменами на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине.</li> </ul>                                   | <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- процесс отбора обучающихся в группы и секции на этапе спортивной специализации по избранному виду спорта;</li> <li>- планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на этапе спортивной специализации по избранному виду спорта;</li> <li>- методику тренировочного процесса со спортсменами на этапе спортивной специализации по избранному виду спорта.</li> </ul>                                     |
|  | <p>ПК-2.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять процесс отбора обучающихся в группы и секции на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине;</li> <li>- осуществлять совершенствование специальных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма спортсменов;</li> <li>- осуществлять развитие навыков соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине;</li> <li>- планировать, учитывать и анализировать результаты тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине;</li> <li>- осуществлять подготовку спортсменов к достижению высоких спортивных результатов;</li> <li>- осуществлять тренировочный процесс со спортсменами на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине.</li> </ul> | <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять процесс отбора обучающихся в группы и секции на этапе спортивной специализации по избранному виду спорта;</li> <li>- планировать, учитывать и анализировать результаты тренировочного процесса на этапе спортивной специализации по избранному виду спорта;</li> <li>- осуществлять тренировочный процесс со спортсменами на этапе спортивной специализации по избранному виду спорта.</li> </ul>            |
|  | <p>ПК-2.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отбора обучающихся в группы и секции на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине;</li> <li>- совершенствования специальных физических качеств и повышения функциональных возможностей организма спортсменов;</li> <li>- развития навыков соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине;</li> <li>- планирования, учета и анализа результатов тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине;</li> <li>- подготовки спортсменов к достижению высоких спортивных результатов;</li> <li>- проведения тренировочного процесса со спортсменами на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине.</li> </ul>  | <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способностью проводить отбор обучающихся в группы и секции на этапе спортивной специализации по избранному виду спорта;</li> <li>- навыками планирования, учета и анализа результатов тренировочного процесса на этапе спортивной специализации по избранному виду спорта;</li> <li>- опытом проведения тренировочного процесса со спортсменами на этапе спортивной специализации по избранному виду спорта.</li> </ul> |
| ПК-3- Способен Организовывать и продвигать физкультурно-оздоровительные и досуговые занятия с  | <p>ПК.3.1. Знает: основные средства и методы, способствующие развитию физических качеств и продолжительности физически активного периода жизни населения;</p> <p>основные средства и методы для проведения физкультурно-оздоровительных занятий;</p>  | <p>ПК.3.1. Знает: основные средства и методы, способствующие развитию физических качеств и продолжительности физически активного</p>   |

|  |  |  |
|--|--|--|
| <p>использованием упражнений, способствующих развитию физических качеств и продолжительности физически активного периода жизни населения</p> | <p>основные средства и методы для проведения досуговых занятий;<br/>методики фитнес тестирования для определения физического состояния населения;<br/>оптимальные средства для продвижения фитнес-услуг населению;<br/>индивидуальные программы занятий фитнесом и сопровождение их внедрения</p>  | <p>периода жизни населения;<br/>основные средства и методы для проведения физкультурно-оздоровительных занятий;<br/>основные средства и методы для проведения досуговых занятий;<br/>методики фитнес тестирования для определения физического состояния населения;<br/>оптимальные средства для продвижения фитнес-услуг населению;<br/>индивидуальные программы занятий фитнесом и сопровождение их внедрения</p>   |
|  | <p>ПК.3.2. Умеет: подбирать основные средства и методы, способствующие развитию физических качеств и продолжительности физически активного периода жизни населения;<br/>Определять основные средства и методы для проведения физкультурно-оздоровительных занятий;<br/>основные средства и методы для проведения досуговых занятий;<br/>применять методики фитнес тестирования для определения физического состояния населения;</p>  | <p>ПК.3.2. Умеет: подбирать основные средства и методы, способствующие развитию физических качеств и продолжительности физически активного периода жизни населения;<br/>Определять основные средства и методы для проведения физкультурно-оздоровительных занятий;<br/>основные средства и методы для проведения досуговых занятий;<br/>применять методики фитнес тестирования для определения физического состояния населения;</p>  |
|  | <p>ПК.3.3. Имеет опыт: Проводит консультирование населения при реализации индивидуальных программ по фитнесу и реализует мероприятия по формированию мотивации населения к занятиям фитнесом.<br/>Осуществляет организацию и проведение физкультурно-оздоровительных и досуговых занятий с использованием упражнений; фитнес-тестирование с целью определения физического состояния населения<br/>Осуществляет подбор и разработку оптимальных средств для продвижения фитнес-услуг населению, в том числе индивидуальных программ занятий фитнесом и сопровождение их внедрения</p> | <p>ПК.3.3. Имеет опыт: Проводит консультирование населения при реализации индивидуальных программ по фитнесу и реализует мероприятия по формированию мотивации населения к занятиям фитнесом.<br/>Осуществляет организацию и проведение физкультурно-оздоровительных и досуговых занятий с использованием упражнений; фитнес-тестирование с целью определения физического состояния населения<br/>Осуществляет подбор и разработку оптимальных средств для продвижения</p> |



|  |  |   |
|--|--|---|
|  |  | фитнес-услуг населению, в том числе индивидуальных программ занятий фитнесом и сопровождение их внедрения |
|--|--|---|

### 5. Объём и содержание практики

Общая трудоёмкость практики составляет 9 зачетных единиц, 324 часов.

| № п/п | Разделы (этапы) практики  | Виды учебной деятельности на практике, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоёмкость (в часах)   | Код, формируемой компетенции |
|-------|---|--|------------------------------|
| 1.    | Подготовительный этап, связанный с ознакомлением программы практики | <p>Установочная конференция по организации и прохождению практики. (2ч)</p> <p>Производственный инструктаж по технике безопасности. (2ч)</p> <p>Ознакомление с требованиями к организации и прохождению практики. (2ч)</p> <p>Ознакомление с составом группы занимающихся, путем собеседования с тренером или учителем по физической культуре для привлечения к занятиям физической культуры или спортом. (6ч)</p> <p>Сбор информации об учреждении, группе, расписании занятий. (10ч)</p> <p>Разработка инструкции и тестов по технике безопасности на занятиях в учебно-тренировочных группах в избранном виде спорта. (10ч)</p>   | УК-2<br>ОПК-7                |
| 2.    | Организационно-методический этап                                    | <p>Выявление наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования (10ч)</p> <p>Представить информационные материалы по информационным антидопинговым программам (10ч)</p> <p>Разработка требований к спортивному инвентарю и спортивной форме в избранном виде спорта. (10ч)</p> <p>Разработка контрольных испытаний для учебно-тренировочных групп в ИВС. (10ч)</p> <p>Составление плана тренировок для учебно-тренировочных групп в ИВС на 1 месяц (мезоцикл). (36ч)</p> <p>Составление конспектов учебно-тренировочных занятий для учебно-тренировочных групп в ИВС. (36ч)</p> <p>Составление психолого-педагогической характеристики группы. (20ч)</p> <p>Составление положения и программы соревнований в ИВС. (10ч)</p> <p>Составление экспресс оценки анализа учебно-тренировочного процесса (16ч)</p> | ОПК-1,4,7,14                 |

|    |   |  |                        |
|----|---|--|------------------------|
| 3. | Основной этап. Учебно-тренировочный процесс | Анализ плотности учебно-тренировочного занятия. (20ч)<br>Анализ динамики физической нагрузки учебно-тренировочного занятия. (20ч)<br>Проведение учебно-тренировочных занятий в учебно-тренировочной группе с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. (226ч)<br>Проведение контрольных испытаний для учебно-тренировочных групп в ИВС. (12ч)<br>Организация и проведение соревнований в качестве организатора, судьи в ИВС. (20ч) | ОПЕ-1,4,7,14<br>ПК-2,3 |
| 4. | Этап подготовки отчета по практике          | Характеристика студента-практиканта по итогам практики. (4ч)<br>Подготовка документального отчета по производственной практике. (24ч)  | УК-2<br>ПК-2,3         |

### 6. Формы отчетности по практике

- **Дневник практики**, в котором отражен алгоритм деятельности обучающегося в период практики (приложение 1).

- **Отчет по практике**, который является документом обучающегося, отражающим, выполненную им работу во время практики, полученные им организационные и технические навыки и знания. Требования по оформлению отчёта по практике представлены в МИ 01-02-2018 «Общие требования к построению и оформлению учебной текстовой документации», в приложении 2 представлен пример оформления титульного листа и структуры отчёта по практике.

Содержание отчета:

- 1) Общие сведения о базе практики, список группы, расписание учебно-тренировочных занятий группы.
- 2) Требования по технике безопасности для занятий с детьми различных возрастных групп.
- 3) Результаты контрольных испытаний.
- 4) План тренировок.
- 5) Конспекты занятий.
- 6) Психолого-педагогическая характеристика группы занимающихся детей.
- 7) Протокол хронометрирования.
- 8) Протокол пульсометрии.
- 9) Экспресс анализ учебно-тренировочного занятия.
- 10) Положение соревнований по избранному виду спорта.
- 11) Характеристика студента-практиканта по итогам практики.

## **7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по практике**

Промежуточная аттестация по практике проводится в виде дифференцированного зачёта.

Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по практике разработан в соответствии с Положением о формировании фондов оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной и государственной итоговой аттестации и представлен в приложении к программе практики.

## **8. Перечень учебной литературы и ресурсов сети Интернет, необходимых для проведения практики**

### **8.1. Основная литература**

#### **8.1.1. Печатные издания**

1. Барчуков Н.С., Нестеров А.А. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика. М.: Академия, 2006. 438-446 с.
2. Производственная (профессионально-ориентированная) практика студентов факультета физической культуры специальности 49.03.01 (034300.62) – Физическая культура. Профиль – Спортивная тренировка [Текст]: учебно-методическое пособие/ М.Ю. Федорова; ЗабГГПУ им. Н.Г. Чернышевского. – Чита: ЗабГГПУ, 2009. – 181 с.
3. Профессионально-направленные практики: учеб. пособие / М.Ю. Федорова, В.С. Астафьев, А.А. Фетисов, В.К. Геберт; ЗабГУ. – Чита: 2016.- 222 с.
4. Холодов, Жорж Константинович. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие / Холодов Жорж Константинович, Кузнецов Василий Степанович. - 4-е изд., стер. - Москва: Академия, 2006. - 480 с. - (Высшее профессиональное образование). - ISBN 5-7695-3079-0: 171-49.
5. Фетисов, А.А. Рабочая тетрадь по производственной практике [Текст]: учебно-методическое пособие/ А.А. Фетисов, В.С. Астафьев, М.Ю. Федорова; ЗабГГПУ им. Н.Г. Чернышевского. – Чита: [б.и.], 2009. – 67 с.

#### **8.1.2. Издания из ЭБС**

1. Теория и методика избранного вида спорта: учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.]; под ред. С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр, и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2018. — 247 с. — (Серия: Университеты России). — ISBN 978-5-534-04766-0. <https://www.biblio-online.ru/book/772F5F4E-1954-46EB-BEF9-B69A5FE2F22F>

### **8.2. Дополнительная литература**

### **8.2.1. Печатные издания**

1. Государственная итоговая аттестация студентов физкультурного профиля [Текст]: учеб.-метод. пособие: в 2 ч. Ч. 1: Государственный междисциплинарный экзамен / Ю. Ф. Николенко [и др.]. - Чита: ЗабГУ, 2017. - 188 с. - ISBN 978-5-9293-1873-3. - ISBN 978-5-9293-1872-6: 188-00.
2. Государственная итоговая аттестация студентов физкультурного профиля [Текст]: учебно-методич. пособие. В 2 ч. Ч. 2: Защита выпускной квалификационной работы / А. А. Шибаева Печатные издания [и др.]. - Чита: ЗабГУ, 2017. - 215 с. - ISBN 978-5-9293-1872-6. - ISBN 978-5-9293-1872-6: 231-00.
3. Железняк, Юрий Дмитриевич. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учеб. пособие / Железняк Юрий Дмитриевич, Петров Павел Карпович. - 5-е изд., стер. - Москва: Академия, 2009. - 272 с. - (Высшее профессиональное образование). - ISBN 5-7695-6195-5: 281-60.
4. Козлов, Н.И. Производственная практика: научно-методическое обеспечение [Текст]: учеб. -метод. пособие / Н. И. Козлов. - Чита: ЗабГУ, 2017. - 225 с. - ISBN 978-5-9293-1860-3: 225-00.

### **8.2.2. Издания из ЭБС**

1. Гордон, С.М. Спортивная тренировка: научно-методическое пособие [Электронный ресурс]: науч.-метод. пособие — Электрон, дан. — Москва: Физическая культура, 2008. — 256 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/9159>. — Загл. с экрана.

### **8.3. Ресурсы сети Интернет**

1. МЕЖДУНАРОДНЫЙ РЕЙТИНГ СПОРТИВНЫХ, ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ И МЕДИЙНЫХ РЕСУРСОВ - <http://www.topsport.ru>
2. Национальная информационная сеть СПОРТИВНАЯ РОССИЯ - <http://www.infosport.ru>
3. Сайт Спорт ру - <http://www.sportru.com>
4. Сайт Олимпийского комитета России - <http://www.olympic.ru>
5. Страница Государственного комитета РФ по физической культуре, спорту и туризму - <http://www.infosport.ru/minsport/>
6. Страница Государственного комитета РФ по физической культуре, спорту и туризму - <http://www.government.ru/committees/gkfkct.htm!>
7. Страница Комитета Государственной Думы РФ по охране здоровья и спорту - <http://www.akdi.ru/gd/progr/sport.HTM>
8. Новости науки: научные открытия, достижения науки, открытия ученых. [www.science.yoread.ru](http://www.science.yoread.ru) –

9. Электронная библиотека Гумер [www.gumer.info](http://www.gumer.info) –
10. Бесплатная электронная Интернет библиотека [www.zipsites.ru](http://www.zipsites.ru) –
11. Педагогическая библиотека [www.pedlib.ru](http://www.pedlib.ru) –
12. Сайт факультета педагогического образования [www.fpo.fsf.ru](http://www.fpo.fsf.ru) –
13. Библиотека информации по физической культуре и спорту <http://lib.sportedu.ru>  
открытия, достижения науки, открытия ученых. [www.science.yoread.ru](http://www.science.yoread.ru) –

**9. Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем**

**9.1. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы**

|    | <i>Название сайта</i>   | <i>Электронный адрес</i>  |
|----|---|---|
| 1  | Поисковая система «Яндекс»  | <a href="http://www.yandex.ru">http://www.yandex.ru</a>               |
| 2  | Поисковая систем Google (Россия)  | <a href="http://www.google.ru">http://www.google.ru</a>               |
| 3  | Поисковая система «Рамблер»   | <a href="http://www.rambler.ru">http://www.rambler.ru</a>             |
| 4  | Каталог «Образовательные ресурсы сети Интернет для общего образования»                                    | <a href="http://catalog.iot.ru">http://catalog.iot.ru</a>             |
| 5  | Сайт Министерства образования и науки РФ  | <a href="http://www.mon.gov.ru">http://www.mon.gov.ru</a>             |
| 6  | Сайт Рос образования  | <a href="http://www.ed.gov.ru">http://www.ed.gov.ru</a>               |
| 7  | Российский общеобразовательный портал   | <a href="http://www.school.edu.ru">http://www.school.edu.ru</a>       |
| 8  | Каталог учебных изданий, оборудования и электронных образовательных ресурсов для общего образования       | <a href="http://ndce.edu.ru">http://ndce.edu.ru</a>                   |
| 9  | Федеральный образовательный портал – учебные и учебно-методические материалы по дисциплинам.              | <a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a>                            |
| 10 | Российская государственная библиотека – учебные и учебно-методические материалы по различным направлениям | <a href="http://www.rsl.ru">www.rsl.ru</a> – электронный каталог      |
| 11 | Единое окно доступа к образовательным ресурсам  | <a href="http://window.edu.ru/">http://window.edu.ru/</a>             |
| 12 | Электронная библиотека Гумер.   | <a href="http://www.Gumer.Info/">http://www.Gumer.Info/</a>           |
| 13 | Муниципальное объединение библиотек   | <a href="http://www.gibs.uralinfo.ru">http://www.gibs.uralinfo.ru</a> |

|    |   |   |
|----|---|---|
| 14 | Электронная библиотека  | <a href="http://stratum/pstu/ac/ru: 82Library">http://stratum/pstu/ac/ru: 82Library</a> |
| 15 | Российская национальная библиотека                                    | <a href="http://www.nlr.ru">http://www.nlr.ru</a>                                       |
| 16 | Публичная электронная библиотека                                      | <a href="http://www.online.ru/sp/eel/rassian">http://www.online.ru/sp/eel/rassian</a>   |
| 17 | Справочная система  | <a href="http://www.d-inter.ra/telia">http://www.d-inter.ra/telia</a>                   |
| 18 | Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту РФ. | <a href="http://lib.sportedu.ra">http://lib.sportedu.ra</a>                             |
| 19 | Теория и практика физической культуры (журнал)                        | <a href="http://tpfk.infosport.ru">http://tpfk.infosport.ru</a>                         |
| 20 | Культура физическая и здоровье (журнал)                               | <a href="http://www.delpress.ru">www.delpress.ru</a>                                    |
| 21 | Физическая культура: воспитание, образование, тренировка (журнал)     | <a href="http://www.infosport.ru/press/fkvot/">http://www.infosport.ru/press/fkvot/</a> |
| 22 | Физическая культура в школе (журнал)                                  | <a href="http://www.schoolpress.ru">http://www.schoolpress.ru</a>                       |
| 23 | газета «Спорт в школе»  | <a href="http://spo.1september.ru">http://spo.1september.ru</a>                         |
| 24 | газета «Здоровье детей»   | <a href="http://zdd.1september.ru">http://zdd.1september.ru</a>                         |

## 9.2. Перечень программного обеспечения

1. АBBYY FineReader (договор № 223-799 от 30.12.2014 г.; срок действия - бессрочно).

2. ESET NOD32 Smart Security Business Edition (договор № 223-1/19-3К от 24.09.2019 г.; срок действия – октябрь 2022 г.).

3. Foxit Reader: Право использования программного обеспечения предоставляется бесплатно согласно политике компании-разработчика (<https://www.foxitsoftware.com/ru/pdf-reader/eula.html>) (срок действия - право использования программного обеспечения действует до изменения политики правообладателя).

4. MS Office Standart 2013 (договор № 223-798 от 30.12.2014 г., срок действия – бессрочно; договор № 223-799 от 0.12.2014 г.; срок действия - бессрочно).

5. АИБС "МегаПро" (договор № 13215/223П/15-569 от 18.12.2015 г.; срок действия - бессрочно).

6. MS Windows 7 (договор № 223П/18-1 от 13.02.2018 г.; срок действия - бессрочно).

## 10. Материально-техническое обеспечение практики

|  |  |
|--|--|
| Наименование помещений для проведения учебных занятий и для самостоятельной работы обучающихся | Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы  |
| Учебные аудитории для промежуточной аттестации   | Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закрепленной расписанием по факультету |
| Помещение для самостоятельной работы   | Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закрепленной расписанием по кафедре    |

|   |  |
|---|--|
| Наименование помещений для проведения учебных занятий и для самостоятельной работы обучающихся  | Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы  |
| Практика проходит на базе детско-юношеских спортивных школ Забайкальского края и г. Читы:<br>1) ГОУ ДОД СДЮСШОР № 1.<br>2) ГОУ ДОД СДЮСШОР № 2.<br>3) МБОУ ДОД СДЮСШОР № 4.<br>4) ГУДОД «ЗКЦФКИС» | Материально-техническое оснащение практики определяется местом ее прохождения и поставленными руководителем практики конкретными заданиями |

## 11. Методические рекомендации для обучающихся по прохождению практики

### ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В УЧРЕЖДЕНИИ

*В период практики студент знакомится и составляет основные документы планирования и контроля в учреждениях дополнительного образования и спортивных клубах, овладевая навыками планирования и проведения основных видов учебно-тренировочных или физкультурно-оздоровительных занятий в группах различной направленности с контингентом занимающихся, определенным уставом или положением данной организации.*

*Планирование на базе практики составляется в соответствии с имеющимися у тренеров образцами документов.*

*Если студент работает в качестве тренера учебно-спортивной организации, он предоставляет свою документацию на группы, в которых он ведет учебно-тренировочный процесс.*

## ГОДОВОЙ ПЛАН СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ В ПРИКРЕПЛЕННЫХ ГРУППАХ

*В период практики студенты составляют годовое планирование учебно-тренировочного или оздоровительного процесса на год в соответствии с количеством часов, определенным для этих групп нормативно-правовыми документами учебно-спортивного учреждения, в соответствии с возрастом занимающихся.*

### ПЛАН ТРЕНИРОВКИ НА ОДИН МЕСЯЦ В ПРИКРЕПЛЕННОЙ ГРУППЕ

*На примере одной из прикрепленных групп совместно с тренером составить план тренировки на один месяц, учитывая общую структуру годичной подготовки спортсменов, особенность построения годичной подготовки в избранном виде спорта.*

#### ПЛАН ТРЕНИРОВКИ НА ОДИН МЕСЯЦ

Вид спорта \_\_\_\_\_ Группа \_\_\_\_\_

| Основные задачи тренировки | Основные средства тренировки | Числа месяца |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    | Суммарный объем в месячном цикле |
|----------------------------|------------------------------|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----------------------------------|
|                            |                              | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |                                  |
|                            |                              |              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |                                  |
|                            |                              |              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |                                  |
|                            |                              |              |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |                                  |

### ПОКАЗАТЕЛИ КОНТРОЛЬНЫХ НОРМАТИВОВ ПО ОФП В ПРИКРЕПЛЕННОЙ ГРУППЕ

*Для одной из прикрепленных групп в начале и в конце учебного года необходимо принять контрольные нормативы для определения уровня общей физической подготовленности, а в рамках учебно-исследовательской работы сделать выводы по ее улучшению.*

### ПОКАЗАТЕЛИ КОНТРОЛЬНЫХ НОРМАТИВОВ ПО ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ (в начале и конце учебного года)

Вид спорта \_\_\_\_\_ Группа \_\_\_\_\_

| ФИО | Год<br>рожд | Бег 30 м<br>(сек) |            | Челн. Бег<br>(сек) |            | Метание наб.<br>мяча (м) |            | Кросс<br>1000<br>/2000<br>время |            | Подтяг/от<br>жиман<br>кол-во раз |            | Прыжок в<br>длину с<br>места см |            | Наклон<br>вниз<br>см |            |
|-----|-------------|-------------------|------------|--------------------|------------|--------------------------|------------|---------------------------------|------------|----------------------------------|------------|---------------------------------|------------|----------------------|------------|
|     |             | результат         | уровень ФП | результат          | уровень ФП | результат                | уровень ФП | результат                       | уровень ФП | результат                        | уровень ФП | результат                       | уровень ФП | результат            | уровень ФП |
|     |             |                   |            |                    |            |                          |            |                                 |            |                                  |            |                                 |            |                      |            |
|     |             |                   |            |                    |            |                          |            |                                 |            |                                  |            |                                 |            |                      |            |
|     |             |                   |            |                    |            |                          |            |                                 |            |                                  |            |                                 |            |                      |            |
|     |             |                   |            |                    |            |                          |            |                                 |            |                                  |            |                                 |            |                      |            |
|     |             |                   |            |                    |            |                          |            |                                 |            |                                  |            |                                 |            |                      |            |
|     |             |                   |            |                    |            |                          |            |                                 |            |                                  |            |                                 |            |                      |            |
|     |             |                   |            |                    |            |                          |            |                                 |            |                                  |            |                                 |            |                      |            |

### КОНСПЕКТЫ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ В ПРИКРЕПЛЕННЫХ ГРУППАХ

Студенту в процессе производственной практики (тренерской) необходимо разработать 6 полных конспектов учебно-тренировочных в прикрепленных учебно-



тренировочных группах. Конспект утверждается тренером или методистом организации, после проведения занятия необходимо выполнить короткий самоанализ. За проведение УТЗ методист базы практики должен поставить оценку студенту за проведение занятия. *Образовательные задачи* учебно-тренировочного занятия формулируются в соответствии с годовым, месячным и недельным циклом тренировочной нагрузки.

*Воспитательные задачи* учебно-тренировочного занятия ставятся в соответствии с образовательными задачами тренировки и направлены на воспитание личностных качеств, которые необходимы занимающимся в процессе учебно-тренировочных занятий, соревнований, а также в обыденной жизни.

*Развивающие* учебно-тренировочного занятия задачи ставятся для реализации познавательных и других интересов занимающихся, а также для развития физических качеств в процессе тренировочных и оздоровительных занятий.

*В графе «части занятия»* пишется название частей занятия и время их проведения.

*В графе «содержание»* пишутся все виды упражнений и методика их выполнения, указывая подводящие и подготовительные упражнения, основные моменты техники.

*В графе «организационно-методические указания»* студенты описывают методы выполнения, требования к выполнению двигательных действий и варианты исправления возможных ошибок.

В конце каждого учебно-тренировочного занятия студентом-практикантом проводится самоанализ педагогической деятельности.

За проведение каждого учебно-тренировочного занятия тренером или методистом Института ставится оценка.

#### ПЛАН-КОНСПЕКТ

Учебно-тренировочного занятия № \_\_\_ в \_\_\_\_\_ группе

Дата проведения \_\_\_\_\_

Время проведения \_\_\_\_\_

Место проведения \_\_\_\_\_

Контингент \_\_\_\_\_

Оборудование и инвентарь \_\_\_\_\_

Задачи урока: 1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

| Части УТЗ, время               | Содержание УТЗ | Дозировка | Организационно-методические указания |
|--------------------------------|----------------|-----------|--------------------------------------|
| 1                              | 2              | 3         | 4                                    |
| Подготовительная<br>( ___ мин) |                |           |                                      |

|                           |  |  |  |
|---------------------------|--|--|--|
| Основная ( ___ мин)       |  |  |  |
| Заключительная ( ___ мин) |  |  |  |

### ЭКСПРЕСС АНАЛИЗ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ

Для анализа педагогической деятельности самого студента-практиканта в процессе практики необходимо провести экспресс оценку УТЗ.

### КАРТА ЭКСПРЕСС ОЦЕНКИ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО, ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЗАНЯТИЯ, ПРОВОДИМОГО ПРАКТИКАНТОМ

Дата \_\_\_\_\_ Вид спорта \_\_\_\_\_

Ф.И.О. проводящего УТЗ \_\_\_\_\_

| №<br>№                           | Параметры   | Оценка |   |   |   |   |
|----------------------------------|---|--------|---|---|---|---|
|                                  |   | 1      | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Подготовка к занятию             |   |        |   |   |   |   |
|                                  | Наличие плана-конспекта, тщательность его разработки  |        |   |   |   |   |
|                                  | Внешний вид тренера и учащихся  |        |   |   |   |   |
|                                  | Подготовка мет занятий и инвентаря, их соответствие правилам безопасности и санитарным нормам   |        |   |   |   |   |
|                                  | Правильная формулировка задач УТЗ   |        |   |   |   |   |
| Обучение и воспитание на занятии |   |        |   |   |   |   |
| 1.                               | Соответствие данной тренировки этапам подготовки (индивидуальному, перспективному)  |        |   |   |   |   |
| 2.                               | Оценка использования методов обучения, применяемых на занятии   |        |   |   |   |   |
| 3.                               | Использование подводящих и подготовительных упражнений в УТЗ  |        |   |   |   |   |
| 4.                               | Овладение занимающимися правильной схемой изучаемых движений, упражнений и требовательность к их выполнению практиканта                       |        |   |   |   |   |
| 5.                               | Умение анализировать и исправлять ошибки<br>Наличие страховки и ее качество, привлечение к страховке занимающихся и их подготовленность в ней |        |   |   |   |   |
| 6.                               | Оценка дисциплины занимающихся на УТЗ, их сознательность и активность   |        |   |   |   |   |
| 7.                               | Воспитание в процессе обучения (реакция тренера на положительные и отрицательные поступки учащихся и др.)                                     |        |   |   |   |   |
| 8.                               | Культура речи тренера, выразительность речи, соблюдение такта, знание команд и терминологии   |        |   |   |   |   |
| Организация занятий              |   |        |   |   |   |   |

|        |   |  |  |  |  |  |
|--------|---|--|--|--|--|--|
| 9.     | Своевременность начала и окончания занятия, распределение времени на отдельные части и виды упражнений, дозировка отдельных упражнений в определенные отрезки времени |  |  |  |  |  |
| 10.    | Рациональность использования способов организации на занятии (фронтальный, групповой, индивидуальный, групповой) - подчеркнуть  |  |  |  |  |  |
| 11.    | Рациональность использования способов выполнения учащимися заданий (одновременно, поочередно, потоком и т.п.) - подчеркнуть   |  |  |  |  |  |
| 12.    | Рациональность использования площади зала, площадки, оборудования, инвентаря, тренажеров  |  |  |  |  |  |
| 13.    | Контроль за осанкой и правильным дыханием занимающихся  |  |  |  |  |  |
| 14.    | Контроль за утомляемостью и восстановлением в процессе УТЗ  |  |  |  |  |  |
| Выводы |   |  |  |  |  |  |
| 15.    | Реализация образовательных задач в процессе УТЗ   |  |  |  |  |  |
| 16.    | Реализация воспитательных задач в процессе УТЗ  |  |  |  |  |  |
| 17.    | Реализация развивающих (оздоровительных) задач в процессе УТЗ   |  |  |  |  |  |
| 18.    | Связь занятия с предыдущими занятиями   |  |  |  |  |  |
| 19.    | Оценка общей и моторной плотности УТЗ   |  |  |  |  |  |

### ПРИМЕРНЫЙ ПЛАН ПЕДАГОГИЧЕСКОГО АНАЛИЗА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ

В анализе следует отметить:

- подготовленность к занятию (наличие конспекта, соответствие его годовому и текущему планированию);
- способы организации занимающихся;
- подбор средств и методов на занятии;
- оценка методики обучения;
- хронометраж занятия (дозировка, время выполнения упражнений, паузы отдыха и т.д.);
- анализ ошибок в технике, методике проведения, организации занятий;
- передовые методы, используемые в учебном, тренировочном и оздоровительном занятии (в технике, тактике, методике проведения, организации занятия);
- подбор упражнений в соответствии с уровнем подготовленности занимающихся;
- наблюдение за тренером, практикантом: внешность, пунктуальность, манера общения, изложение материала, показ, выбор места и т.д.;
- выводы и предложения по данному занятию.

Подпись практиканта \_\_\_\_\_

Оценка за анализ \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

Подпись методиста \_\_\_\_\_

#### Анализ учебно-тренировочного занятия

Занятие проводит \_\_\_\_\_ Вид спорта \_\_\_\_\_ Группа \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_ Место проведения \_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
Подпись практиканта \_\_\_\_\_

Оценка за анализ \_\_\_\_\_

Дата

Подпись методиста \_\_\_\_\_

### АНАЛИЗ ПЛОТНОСТИ УТЗ

*Студенту-практиканту необходимо провести в процессе практики сравнительный анализ плотности занятий различного вида (обучение, совершенствование, закрепление или контрольная тренировка) в одной прикрепленной группе и сделать вывод о правильности распределения тренером или студентом-практикантом нагрузки и распределения видов деятельности в зависимости от типа и направленности занятия.*

Студенту необходимо методом хронометрирования определить затраты времени на разные виды деятельности в учебно-тренировочном или физкультурно-оздоровительном занятии (объяснение, слушание, показ, наблюдение, отдых, выполнение упражнений занимающимися, простой, вспомогательные действия). Все данные занести в протокол хронометрирования занятия, определить суммарные затраты времени на разные виды деятельности (двигательная, педагогически оправданная, простой и т.д.). Определить общую и моторную плотность после анализа протокола и сделать выводы по схеме построения занятий.

#### Протокол хронометрирования

Учебно-тренировочного занятия № \_\_\_ в \_\_\_\_\_ группе

Дата проведения \_\_\_\_\_

Время проведения \_\_\_\_\_

Место проведения \_\_\_\_\_

Фамилия испытуемого \_\_\_\_\_

Задачи урока:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

| Части УТЗ | Виды деятельности | Время окончания (мин, с) | Объясн. | Выполн. | Вспом. действия | Отдых | Простой | Примеч. |
|-----------|-------------------|--------------------------|---------|---------|-----------------|-------|---------|---------|
| 1         | 2                 | 3                        |         | 5       | 6               | 7     | 8       | 9       |
|           |                   |                          |         |         |                 |       |         |         |
|           |                   |                          |         |         |                 |       |         |         |

**Общая плотность:**

$$\text{ОП} \frac{\text{время, целесообразно затраченное на УТЗ}}{\text{время УТЗ}} \times 100\% =$$

**Моторная плотность:**

$$\text{МП} \frac{\text{время, затраченное на двигательные действия}}{\text{время УТЗ}} \times 100\% =$$

**График:**  
**Выводы:**

**АНАЛИЗ ДИНАМИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКИ НА УТЗ**

Студенту-практиканту необходимо определить на учебно-тренировочных величину нагрузки по частоте сердечных сокращений (ЧСС), о которой судят по частоте пульса за 10 секунд.

**ДИНАМИКА ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКИ НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ИЛИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЯХ**

Для этого необходимо измерить пульс у одного занимающегося до начала занятия, в ходе занятий после каждого изменения вида двигательной или умственной деятельности и в конце занятия. В протоколе пульсометрии фиксируется содержание упражнений с одновременной регистрацией времени занятия, когда произошло измерение пульса. На основании полученных данных построить график пульсометрии занятий. Сделать анализ динамики физической нагрузки (оптимальная величина соответствует частоте пульса – 160-170 ударов в минуту) на занятии и обосновать рекомендации по улучшению организации двигательной деятельности занимающихся на занятиях.

**Протокол пульсометрии**

Учебно-тренировочного занятия №\_\_ в \_\_\_\_\_ группе

Дата проведения \_\_\_\_\_

Время проведения \_\_\_\_\_

Место проведения \_\_\_\_\_

Фамилия испытуемого \_\_\_\_\_

Задачи урока:

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

| № п/п | Минуты исследования | Вид деятельности | ЧСС, уд./мин |       |
|-------|---------------------|------------------|--------------|-------|
|       |                     |                  | 10 с         | 1 мин |
|       |                     |                  |              |       |
|       |                     |                  |              |       |
|       |                     |                  |              |       |

В анализе указывается:

- соответствие дозировки выполнения упражнений педагогическим целям

(формирование или закрепление двигательных навыков и умений, направленное развитие и воспитание физических, психических, гуманистических качеств, чередование двигательного режима с активным отдыхом и пр.), особенностям занимающихся (пол, возраст, подготовленность, состояние здоровья и другие индивидуальные особенности), внешним условиям (время, когда проходит занятие, температура, атмосферные явления, одежда занимающихся).

- способы регулирования нагрузки на протяжении всего занятия (паузы для отдыха и чередование интенсивности упражнений, деятельность, направленная на расслабление и восстановление дыхания).

- учет педагогом внешних признаков утомления занимающихся при регулировании нагрузки (потоотделение, изменение цвета лица, учащение дыхания, нарушение координации движений, жалобы на усталость, появление болей и т.д.

- методы активизации и стимулирования занимающихся к поддержанию их высокой двигательной активности при овладении учебным материалом или совершенствовании, или закреплении приобретенных умений и навыков, а также время выполнения упражнений с около предельными физическими нагрузками.

Выводы:

---

---

---

---

## **ХАРАКТЕРИСТИКА СТУДЕНТА-ПРАКТИКАНТА ПО ИТОГАМ ПРАКТИКИ**

*Методист базы практики составляет характеристику студента-практиканта по предложенной схеме.*

*Она представляется руководителю практики на отдельном листе, заверенная руководителем базы практики и скрепленная печатью. Характеристики по итогам практик хранятся в журнале практиканта*

Схема

### **ХАРАКТЕРИСТИКА**

студента-практиканта (фамилия,  
имя, отчество) группа, институт,  
учебное заведение

В характеристике должно быть отображено следующее:

- сроки практики, база практики, в качестве кого работал;
- отношение студента к обязанностям практиканта: дисциплинированность, добросовестность, трудолюбие, исполнительность, потребность в качественном овладении профессией;
- профессионально-педагогическая, методическая, спортивно-техническая подготовленность практиканта (знание видов программы, структуры и методики проведение учебно-тренировочных, или оздоровительных занятий, владение методами организации занимающихся, методами обучения и тренировки, умение организовать и проводить спортивно-массовые мероприятия);
- личные качества: общая и профессиональная культура, компетентность, коммуникабельность, конструктивность мышления и др.;
- другие профессионально-педагогические качества, проявленные студентом-практикантом;
- общая оценка за практику (отлично, хорошо, удовлетворительно) с указанием причин снижения оценки.

Подписи:

Печать организации  
Дата

Руководитель организации  
Методист базы практики

## Порядок защиты отчета по практике

В течении периода практики студент формирует отчетную документацию: часть документов он разрабатывает самостоятельно (под руководством тренера или методиста), часть помещает в виде копии нормативных документов. Все виды документов в отчетной документации должны быть завизированы тренером или методистом, за проведение тренировочного занятия должна быть выставлена оценка.

На итоговой конференции оп практике студент выступает с кратким сообщением, в котором всесторонне отражено содержание практики через его видение, положительные и отрицательные моменты, способы устранения недостатков. Демонстрирует подготовленный фотоотчёт и видеофрагмент. После чего отвечает на вопросы методистов и руководителя практики.

Разработчик:

Ст. преподаватель кафедры СМБД



Девайкин Е.Р.

Программа рассмотрена на заседании кафедры  
(протокол от «30» августа 2024г. №1)

Зав. Кафедрой СМБД  Шибеева А.А.

«30» августа 2024 г.



**3. Оценка работы студента на практике**

Заключение руководителя практики от профильной организации о работе студента

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Руководитель практики от профильной организации \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
(подпись) (Ф.И.О.)

**4. Результаты практики**

Заключение руководителя практики от кафедры о работе студента

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Руководитель практики от кафедры \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
(подпись) (Ф.И.О.)

Оценка при защите \_\_\_\_\_

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«Забайкальский государственный университет»  
(ФГБОУ ВО «ЗабГУ»)  
Факультет \_\_\_\_\_  
Кафедра \_\_\_\_\_

**Дневник прохождения практики**

по \_\_\_\_\_ практике

Студента \_\_\_\_\_ курса \_\_\_\_\_ группы \_\_\_\_\_ формы обучения

Направление подготовки (специальность) \_\_\_\_\_

Фамилия \_\_\_\_\_

Имя, отчество \_\_\_\_\_

Сроки практики \_\_\_\_\_

Руководитель практики от кафедры \_\_\_\_\_

(должность, звание, степень, фамилия, имя, отчество, номер телефона)

Профильная организация: \_\_\_\_\_

(полное название предприятия/организации, на которое направлен студент для прохождения практики)

Руководитель от профильной организации \_\_\_\_\_  
(должность, фамилия, имя, отчество, номер телефона)

Печать отдела кадров профильной организации

«Утверждаю»

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

« \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

### 1. Рабочий план проведения практики

| Дата или день | Рабочий план | Отметка о выполнении |
|---------------|--------------|----------------------|
|               |              |                      |
|               |              |                      |
|               |              |                      |
|               |              |                      |
|               |              |                      |
|               |              |                      |
|               |              |                      |
|               |              |                      |
|               |              |                      |
|               |              |                      |
|               |              |                      |
|               |              |                      |
|               |              |                      |
|               |              |                      |
|               |              |                      |
|               |              |                      |
|               |              |                      |
|               |              |                      |
|               |              |                      |
|               |              |                      |

### 2. Индивидуальное задание на практику (составляется руководителем практики от кафедры)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Руководитель практики  
от кафедры \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
(подпись) (Ф.И.О.)

Руководитель практики  
от профильной организации \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
(подпись) (Ф.И.О.)

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

«Забайкальский государственный университет»

(ФГБОУ ВО «ЗабГУ»)

Факультет \_\_\_\_\_

Кафедра \_\_\_\_\_

**ОТЧЕТ**

по \_\_\_\_\_ практике

в \_\_\_\_\_  
(полное наименование организации)

обучающегося \_\_\_\_\_  
(фамилия, имя, отчество)

Курс \_\_\_ Группа \_\_\_\_\_

Направления подготовки (специальности) \_\_\_\_\_  
(шифр, наименование)

Руководитель практики от кафедры \_\_\_\_\_  
(Ученая степень, должность, Ф.И.О.)

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

подпись, печать

г. Чита 20\_

## Структура отчёта о прохождении практики

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ

1 *(Описание предприятия и т.д)*

1.1

1.2

2 *(Выполнение работ на практике, выполнение индивидуального задания)*

2.1

2.2

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

для проведения аттестации обучающихся

по производственной практике (тренерской)

для направления подготовки 49.03.01 Физическая культура

Направленность программы: «Спортивная тренировка, фитнес»

# 1. Описание показателей (дескрипторов) и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования

Контроль качества освоения практики включает в себя *текущий контроль успеваемости* и промежуточную аттестацию. *Текущий контроль успеваемости* и промежуточная аттестация обучающихся проводятся в целях установления соответствия достижений, обучающихся поэтапным требованиям образовательной программы к результатам обучения и формирования компетенций.

| Компетенции | Показатели (дескрипторы) | Критерии в соответствии с уровнем освоения ОП   |  |  | Оценочное средство (промежуточная аттестация) |
|-------------|--------------------------|---|--|--|---|
|             |                          | пороговый (удовлетворительно) 55-69 баллов  | стандартный (хорошо) 70-84 балла   | эталонный (отлично) 85-100 баллов  |   |
| УК-2        | Знать                    | - оптимальные способы решения поставленных задач, ресурсы и ограничения;  | - оптимальные способы решения поставленных задач, ресурсы и ограничения;<br>- нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность тренера;  | - оптимальные способы решения поставленных задач, ресурсы и ограничения;<br>- нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность тренера;<br>- профессиональный стандарт тренера.  | Практическое задание                          |
|             | Уметь                    | - способствовать формированию личности обучающихся в процессе занятий избранным видом спорта, ее приобщению к общечеловеческим ценностям, здоровому образу жизни, моральным принципам честной спортивной конкуренции; | - планировать тренировочный процесс в группах начальной подготовки с установкой на достижение высоких спортивных результатов.  | - способствовать формированию личности обучающихся в процессе занятий избранным видом спорта, ее приобщению к общечеловеческим ценностям, здоровому образу жизни, моральным принципам честной спортивной конкуренции;<br>- планировать тренировочный процесс в группах начальной подготовки с установкой на достижение высоких спортивных результатов. | Практическое задание                          |
|             | Владеть                  | - способностью организовать работу малых коллективов исполнителей;  | - способностью организовать работу малых коллективов исполнителей;<br>- способностью планировать учебно-тренировочный процесс в группах начальной подготовки с соблюдением техники безопасности; | - способностью организовать работу малых коллективов исполнителей;<br>- способностью планировать учебно-тренировочный процесс в группах начальной подготовки с соблюдением техники безопасности;<br>- способностью обеспечения охраны жизни и здоровья занимающихся в процессе занятий в соответствии с законодательством РФ.                          | Практическое задание                          |

|       |       |   |  |   |                                   |
|-------|-------|---|--|---|-----------------------------------|
| ОПК-1 | Знать | <ul style="list-style-type: none"> <li>- особенности занимающихся различного пола и возраста, критерии оценки их физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения;</li> <li>- влияние нагрузок разной направленности на организм занимающихся;</li> <li>- терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;</li> <li>- средства и методы физической, технической, тактической, психологической подготовки в ИВС;</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- особенности занимающихся различного пола и возраста, критерии оценки их физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения;</li> <li>- влияние нагрузок разной направленности на организм занимающихся;</li> <li>- основные положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся;</li> <li>- виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- особенности занимающихся различного пола и возраста, критерии оценки их физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения;</li> <li>- влияние нагрузок разной направленности на организм занимающихся;</li> <li>- основные положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся;</li> <li>- специфику планирования тренировочного процесса, структуру построения занятий, формы и способы планирования в группах начальной подготовки;</li> <li>- документы планирования тренировочного процесса в группах начальной подготовки на разных стадиях и этапах;</li> <li>- терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;</li> <li>- средства и методы физической, технической, тактической, психологической подготовки в ИВС;</li> <li>- методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;</li> <li>- способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС;</li> <li>- виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС.</li> </ul> | Индивидуальное творческое задание |
|-------|-------|---|--|---|-----------------------------------|

|  |   |  |  |  |
|--|---|--|--|--|
|  | <p>Уметь</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подбирать тренировочную нагрузку в группах начальной подготовки с учетом особенностей физического развития;</li> <li>- планировать учебно-тренировочный процесс с учетом возрастных психологических особенностей занимающихся ИВС в группе начальной подготовки;</li> <li>- мотивировать занимающихся к учебно-тренировочным занятиям в группе начальной подготовки;</li> <li>- планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта;</li> <li>- планировать учебно-воспитательный в группе начальной подготовки в соответствии с дополнительной общеобразовательной программой;</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- подбирать тренировочную нагрузку в группах начальной подготовки с учетом особенностей физического развития;</li> <li>- планировать учебно-тренировочный процесс с учетом возрастных психологических особенностей занимающихся ИВС в группе начальной подготовки;</li> <li>- мотивировать занимающихся к учебно-тренировочным занятиям в группе начальной подготовки;</li> <li>- планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта;</li> <li>- планировать учебно-воспитательный в группе начальной подготовки в соответствии с дополнительной общеобразовательной программой;</li> <li>- подбирать средства и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме тренировочного процесса и вне;</li> <li>- определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности, занимающихся при освоении программы избранного вида спорта в группе начальной подготовки;</li> <li>- ставить задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС;</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- подбирать тренировочную нагрузку в группах начальной подготовки с учетом особенностей физического развития;</li> <li>- планировать учебно-тренировочный процесс с учетом возрастных психологических особенностей занимающихся ИВС в группе начальной подготовки;</li> <li>- мотивировать занимающихся к учебно-тренировочным занятиям в группе начальной подготовки;</li> <li>- планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта;</li> <li>- планировать учебно-воспитательный в группе начальной подготовки в соответствии с дополнительной общеобразовательной программой;</li> <li>- подбирать средства и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме тренировочного процесса и вне;</li> <li>- использовать на занятиях формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей ИВС в группе начальной подготовки;</li> <li>- определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности, занимающихся при освоении программы избранного вида спорта в группе начальной подготовки;</li> <li>- ставить задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС;</li> <li>- подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС;</li> <li>- подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся;</li> <li>- раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;</li> <li>- планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</li> </ul> | <p>Индивидуальное творческое задание</p> |
|--|---|--|--|--|



|       |         |  |   |  |                                   |
|-------|---------|--|---|--|-----------------------------------|
|       | Владеть | - опытом планирования учебно-тренировочных занятий по ИВС;   | - опытом планирования учебно-тренировочных занятий по ИВС;<br>- опытом планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций);   | - опытом планирования учебно-тренировочных занятий по ИВС;<br>- опытом планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций);<br>- опытом планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.  | Индивидуальное творческое задание |
| ОПК-4 | Знать   | - технику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;<br>- средства и методы техникой и тактической подготовки в ИВС;<br>- средства и методы физической подготовки в ИВС; | - технику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;<br>- средства и методы техникой и тактической подготовки в ИВС;<br>- методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;<br>- средства и методы физической подготовки в ИВС;<br>- воспитательные возможности занятий ИВС; | - технику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;<br>- средства и методы техникой и тактической подготовки в ИВС;<br>- методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;<br>- средства и методы физической подготовки в ИВС;<br>- воспитательные возможности занятий ИВС;<br>- специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС;<br>- специфику деятельности специалиста по ИВС в различных сферах физической культуры и спорта. | Индивидуальное творческое задание |

|  |       |  |  |   |                                   |
|--|-------|--|--|---|-----------------------------------|
|  | Уметь | <ul style="list-style-type: none"> <li>- пользоваться терминологией ИВС на занятиях;</li> <li>- пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами на занятиях по ИВС;</li> <li>- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений ИВС;</li> <li>- использовать методы организации деятельности занимающихся на занятиях по ИВС с учетом материально-технических возможностей организации, возрастных особенностей занимающихся;</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- пользоваться терминологией ИВС на занятиях;</li> <li>- пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами на занятиях по ИВС;</li> <li>- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений ИВС;</li> <li>- использовать методы организации деятельности занимающихся на занятиях по ИВС с учетом материально-технических возможностей организации, возрастных особенностей занимающихся;</li> <li>- рассказывать в доступной форме об эволюции и современном уровне развития ИВС;</li> <li>- показывать основные двигательные действия ИВС, специальные и подводящие упражнения;</li> <li>- применять методы, средства и методические приемы при проведении занятий по ИВС в зависимости от поставленных задач;</li> <li>- объяснять технику выполнения упражнений, ставить двигательную задачу в ИВС;</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- пользоваться терминологией ИВС на занятиях;</li> <li>- пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами на занятиях по ИВС;</li> <li>- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений ИВС;</li> <li>- использовать методы организации деятельности занимающихся на занятиях по ИВС с учетом материально-технических возможностей организации, возрастных особенностей занимающихся;</li> <li>- рассказывать в доступной форме об эволюции и современном уровне развития ИВС;</li> <li>- показывать основные двигательные действия ИВС, специальные и подводящие упражнения;</li> <li>- применять методы, средства и методические приемы при проведении занятий по ИВС в зависимости от поставленных задач;</li> <li>- объяснять технику выполнения упражнений, ставить двигательную задачу в ИВС;</li> <li>- распределять на протяжении занятия средства ИВС с учетом их влияния на организм занимающихся;</li> <li>- контролировать и оценивать работу занимающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств ИВС, определять их причины, индивидуализировать и корректировать процесс обучения и воспитания;</li> <li>- оценивать качество выполнения упражнений в ИВС и определять ошибки в технике;</li> <li>- определять причины возникновения у занимающихся, ошибок в технике движений в ИВС, подбирать приемы и средства для их устранения;</li> <li>- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по ИВС.</li> </ul> | Индивидуальное творческое задание |
|--|-------|--|--|---|-----------------------------------|

|       |         |   |   |  |   |
|-------|---------|---|---|--|---|
|       | Владеть | <ul style="list-style-type: none"> <li>- способностью выполнить и продемонстрировать основные двигательные действия в ИВС;</li> <li>- техникой ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов;</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- способностью выполнить и продемонстрировать основные двигательные действия в ИВС;</li> <li>- техникой ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов;</li> <li>- опытом подготовки материалов для проведения беседы, теоретического занятия по ИВС;</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- способностью выполнить и продемонстрировать основные двигательные действия в ИВС;</li> <li>- техникой ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов;</li> <li>- опытом подготовки материалов для проведения беседы, теоретического занятия по ИВС;</li> <li>- опытом проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС в группах начальной подготовки по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося.</li> </ul>   | Решение ситуационных задач                              |
| ОПК-7 | Знать   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений в ИВС в группе начальной подготовки, которые являются потенциально опасными для здоровья детей;</li> <li>- внешние признаки утомления и переутомления занимающихся;</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- санитарно-гигиенические требования к занятиям ИВС в группе начальной подготовки;</li> <li>- противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений в ИВС в группе начальной подготовки, которые являются потенциально опасными для здоровья детей;</li> <li>- внешние признаки утомления и переутомления занимающихся;</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- санитарно-гигиенические требования к занятиям ИВС в группе начальной подготовки;</li> <li>- противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений в ИВС в группе начальной подготовки, которые являются потенциально опасными для здоровья детей;</li> <li>- внешние признаки утомления и переутомления занимающихся;</li> <li>- специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС;</li> <li>- основные требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВС.</li> </ul> | Практическое задание, Индивидуальное творческое задание |

|  |         |  |   |  |                                   |
|--|---------|--|---|--|-----------------------------------|
|  | Уметь   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВС.</li> <li>- объяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря;</li> <li>- поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий ИВС в группе начальной подготовки;</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм;</li> <li>- объяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря;</li> <li>- проводить беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений в ИВС;</li> <li>- поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий ИВС в группе начальной подготовки;</li> <li>- выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря;</li> <li>- обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВС</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм;</li> <li>- реализовывать контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом;</li> <li>- оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала;</li> <li>- объяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря;</li> <li>- проводить беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений в ИВС;</li> <li>- поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий ИВС в группе начальной подготовки;</li> <li>- выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря;</li> <li>- обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВС.</li> </ul> | Индивидуальное творческое задание |
|  | Владеть | <ul style="list-style-type: none"> <li>- знаниями для оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;</li> <li>- опытом проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил;</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- знаниями для оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;</li> <li>- опытом проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил;</li> <li>- опытом проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях ИВС;</li> <li>- способностью обеспечить безопасность при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВС;</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- знаниями для оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;</li> <li>- опытом проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил;</li> <li>- опытом проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях ИВС;</li> <li>- способностью обеспечить безопасность при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВС;</li> <li>- способностью обеспечить безопасность проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий;</li> </ul>   | Практическое задание              |

|        |         |   |   |  |                                   |
|--------|---------|---|---|--|-----------------------------------|
| ОПК-14 | Знать   | - принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному процессу при занятиях ИВС в группе начальной подготовки;<br>- федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине); | - принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному процессу при занятиях ИВС в группе начальной подготовки;<br>- федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине);<br>- содержание методического обеспечения тренировочного процесса, включая современные методы и инновационные технологии; | - принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному процессу при занятиях ИВС в группе начальной подготовки;<br>- федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине);<br>- содержание методического обеспечения тренировочного процесса, включая современные методы и инновационные технологии;<br>- показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по ИВС;<br>- особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС. | Индивидуальное творческое задание |
|        | Уметь   | - определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного процесса;  | - проводить анализ занятий по ИВС для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности.  | - определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного процесса;<br>- проводить анализ занятий по ИВС для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности.   | Индивидуальное творческое задание |
|        | Владеть | - общими представлениями о методическом обеспечении тренировочного процесса.  | - знаниями о методическом обеспечении тренировочного процесса.  | - способностью разрабатывать методическое обеспечение тренировочного процесса.   | Решение ситуационных задач.       |
| ПК-2   | Знать   | - процесс отбора обучающихся в группы и секции на этапе начальной подготовки по избранному виду спорта;   | - планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на этапе начальной подготовки по избранному виду спорта;<br>- процесс отбора обучающихся в группы и секции на этапе начальной подготовки по избранному виду спорта;   | - процесс отбора обучающихся в группы и секции на этапе начальной подготовки по избранному виду спорта;<br>- планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на этапе начальной подготовки по избранному виду спорта;<br>- методику тренировочного процесса со спортсменами на этапе начальной подготовки по избранному виду спорта.   | индивидуальное творческое задание |

|      |         |   |  |  |                                   |
|------|---------|---|--|--|-----------------------------------|
|      | Уметь   | - осуществлять процесс отбора обучающихся в группы и секции на этапе начальной подготовки по избранному виду спорта;  | - планировать, учитывать и анализировать результаты тренировочного процесса на этапе начальной подготовки по избранному виду спорта;<br>- осуществлять процесс отбора обучающихся в группы и секции на этапе начальной подготовки по избранному виду спорта;   | - осуществлять процесс отбора обучающихся в группы и секции на этапе начальной подготовки по избранному виду спорта;<br>- планировать, учитывать и анализировать результаты тренировочного процесса на этапе начальной подготовки по избранному виду спорта;<br>- осуществлять тренировочный процесс со спортсменами на этапах начальной подготовки по избранному виду спорта.   | индивидуальное творческое задание |
|      | Владеть | - способностью проводить отбор обучающихся в группы и секции на этапах начальной подготовки по избранному виду спорта;  | - способностью проводить отбор обучающихся в группы и секции на этапах начальной подготовки по избранному виду спорта;<br>- навыками планирования, учета и анализа результатов тренировочного процесса на этапах начальной подготовки по избранному виду спорта;   | - способностью проводить отбор обучающихся в группы и секции на этапах начальной подготовки по избранному виду спорта;<br>- навыками планирования, учета и анализа результатов тренировочного процесса на этапах начальной подготовки по избранному виду спорта;<br>- опытом проведения тренировочного процесса со спортсменами на этапах начальной подготовки по избранному виду спорта.  | Решение ситуационных задач        |
| ПК-3 | Знать   | основные средства и методы, способствующие развитию физических качеств и продолжительности физически активного периода жизни населения; основные средства и методы для проведения физкультурно-оздоровительных занятий; | основные средства и методы, способствующие развитию физических качеств и продолжительности физически активного периода жизни населения; основные средства и методы для проведения физкультурно-оздоровительных занятий; основные средства и методы для проведения досуговых занятий; методики фитнес тестирования для определения физического состояния населения; | основные средства и методы, способствующие развитию физических качеств и продолжительности физически активного периода жизни населения; основные средства и методы для проведения физкультурно-оздоровительных занятий; основные средства и методы для проведения досуговых занятий; методики фитнес тестирования для определения физического состояния населения; оптимальные средства для продвижения фитнес-услуг населению; индивидуальные программы занятий фитнесом и сопровождение их внедрения | индивидуальное творческое задание |
|      | Уметь   | подбирать основные средства и методы, способствующие развитию физических качеств и продолжительности физически активного периода жизни населения;   | подбирать основные средства и методы, способствующие развитию физических качеств и продолжительности физически активного периода жизни населения; Определять основные средства и методы для проведения физкультурно-оздоровительных занятий;   | подбирать основные средства и методы, способствующие развитию физических качеств и продолжительности физически активного периода жизни населения; Определять основные средства и методы для проведения физкультурно-оздоровительных занятий; основные средства и методы для проведения досуговых занятий; применять методики фитнес тестирования для определения физического состояния населения;  | индивидуальное творческое задание |

|  |         |  |   |  |                            |
|--|---------|--|---|--|----------------------------|
|  | Владеть | <p>Опытom проведения консультирование населения при реализации индивидуальных программ по фитнесу и реализует мероприятия по формированию мотивации населения к занятиям фитнесом.</p> | <p>Опытom проведения консультирование населения при реализации индивидуальных программ по фитнесу и реализует мероприятия по формированию мотивации населения к занятиям фитнесом.</p> <p>Опытom организации и проведения физкультурно-оздоровительных и досуговых занятий с использованием упражнений; фитнес-тестирование с целью определения физического состояния населения</p> | <p>Опытom проведения консультирование населения при реализации индивидуальных программ по фитнесу и реализует мероприятия по формированию мотивации населения к занятиям фитнесом.</p> <p>Опытom организации и проведения физкультурно-оздоровительных и досуговых занятий с использованием упражнений; фитнес-тестирование с целью определения физического состояния населения</p> <p>опытом подбора и разработки оптимальных средств для продвижения фитнес-услуг населению, в том числе индивидуальных программ занятий фитнесом и сопровождение их внедрения</p> | Решение ситуационных задач |
|--|---------|--|---|--|----------------------------|

## 2. Описание критериев и шкал оценивания результатов обучения по практике

### 2.1. Критерии и шкалы оценивания результатов обучения при проведении текущего контроля успеваемости.

Текущий контроль предназначен для проверки хода и качества формирования компетенций, стимулирования учебной работы обучаемых и совершенствования методики освоения новых знаний. Он обеспечивается проведением консультаций, проверкой выполнения заданий на каждом этапе практики. Контролируемые разделы практики, компетенции и оценочные средства представлены в таблице.

| № п/п | Разделы (этапы) практики                                  | Код контролируемой компетенции и/или индикаторы компетенции | Наименование оценочного средства                                 |
|-------|---|---|--|
| 1     | Подготовительный этап, связанный с ознакомлением практики | УК-2, ОПК-7, ПК-2, ПК-3                                     | Практическое задание   |
| 2     | Организационно-методический этап                          | ОПК-1, ОПК-7, ОПК-14, ПК-2, ПК-3                            | Индивидуальное творческое задание                                |
| 3     | Основной этап. Учебно-тренировочный процесс               | , ОПК-7, ОПК-14, ПК-2, ПК-3                                 | Решение ситуационных задач                                       |
| 4     | Этап подготовки отчета                                    | УК-2, ПК-2, ПК-3  | Отчет по практике<br>Дневник прохождения практики<br>Презентация |

#### *Критерии и шкала оценивания практического задания*

| Оценка       | Критерий оценки  |
|--------------|--|
| «зачтено»    | Студент самостоятельно разработал инструкцию по технике безопасности при занятиях физической культурой и спортом. Предоставил сведения в практическом задании о базе практики, расписании занятий и список группы. |
| «не зачтено» | Студент не разработал инструкцию по технике безопасности при занятиях физической культурой и спортом. Не имеет никаких сведений о базе практики, расписания занятий и списка группы.                               |

#### *Критерии и шкала оценивания индивидуальных творческих заданий*

В процессе практики студент разрабатывает и составляет различные документы, необходимые для проведения учебно-тренировочных занятий. Задания выполняются в индивидуальной и творческой форме. В них входят:

- ✓ Разработанные контрольные тесты для учебно-тренировочных групп в ИВС;
- ✓ Разработанная инструкция к спортивному инвентарю и спортивной форме в ИВС;



- ✓ Конспекты учебно-тренировочных занятий для УТГ;
- ✓ Психолого-педагогическая характеристика учебно-тренировочной группы;
- ✓ Экспертная оценка выполнения технических действий;
- ✓ Положение и программа соревнований среди групп ДЮСШ в ИВС;
- ✓ Рабочий план прохождения практики с использованием средств и методов обучения;
- ✓ Материалы по информационным антидопинговым программам;
- ✓ План тренировок для учебно-тренировочной группы в ИВС на 1 месяц (мезоцикл).

| Оценка       | Критерий оценки  |
|--------------|--|
| «зачтено»    | Обучающийся правильно выполнил индивидуальное творческое задание. Содержание работы соответствует поставленным задачам, направленности занятий, мероприятий. |
| «не зачтено» | При выполнении индивидуального творческого задания содержание не соответствует поставленным задачам. Либо документ не разработан.                            |

#### **Критерии и шкала оценивания ситуационных задач**

В процессе прохождения практики студенту предлагается решение следующих ситуационных задач:

- ✓ Проведение анализа плотности учебно-тренировочного занятия;
- ✓ Проведение анализа динамики физической нагрузки учебно-тренировочного занятия;
- ✓ Протоколы соревнований, фотоотчет
- ✓ Протоколы, таблицы проведения контрольных испытаний для УТГ в ИВС.

| Оценка       | Критерий оценки  |
|--------------|--|
| «зачтено»    | Ситуационная задача поставлена правильно. Разработаны методы и средства реализации задачи. Ситуационная задача решена в полном объеме.   |
| «не зачтено» | Ситуационная задача поставлена неверно. Не определены методы и средства решения ситуационной задачи. Ситуационная задача не реализована. |

#### **Критерии оценивания презентаций**

| Оценка    | Название критерия                   | Оцениваемые параметры  |
|-----------|-------------------------------------|--|
| «зачтено» | Выделение основных идей презентации | Соответствие целей и задач указанной теме<br>Содержание умозаключений<br>Вызывают ли интерес у аудитории<br>Количество (рекомендуется для запоминания аудиторией не более 4-5) |
|           | Содержание                          | Все заключения подтверждены достоверными источниками   |

|  |  |
|--|--|
|  | Язык изложения материала понятен аудитории<br>Актуальность, точность и полезность содержания   |
| Подбор информации для создания проекта – презентации | Графические иллюстрации для презентации<br>Статистика<br>Диаграммы и графики<br>Экспертные оценки<br>Ресурсы Интернет<br>Примеры<br>Сравнения<br>Цитаты и т.д.             |
| Подача материала проекта – презентации               | Хронология<br>Приоритет<br>Тематическая последовательность<br>Структура по принципу «проблема-решение»   |
| Логика и переходы во время проекта – презентации     | От вступления к основной части<br>От одной основной идеи (части) к другой<br>От одного слайда к другому<br>Гиперссылки   |
| Заключение   | Ярко высказывание - переход к заключению<br>Повторение основных целей и задач выступления<br>Выводы<br>Подведение итогов<br>Короткое и запоминающееся высказывание в конце |
| Дизайн презентации                                   | Шрифт (читаемость)<br>Корректно ли выбран цвет (фона, шрифта, заголовков)<br>Элементы анимации   |
| Техническая часть                                    | Грамматика<br>Подходящий словарь<br>Наличие ошибок правописания и опечаток   |
| «не зачтено»   | Выполнение менее 60% оцениваемых параметров  |

### *Критерии оценивания отчета*

Оценивание отчетов практики студентов складывается по итогам реализации разделов практики:

- ✓ Практическое задание;
- ✓ Индивидуальное творческое задание;
- ✓ Решение ситуационных задач;
- ✓ Дневник практики;
- ✓ Презентация.

| Оценка              | Критерий оценки   |
|---------------------|---|
| «отлично»           | Выполнение всех заданий на оценку «зачтено»   |
| «хорошо»            | Выполнение 2 заданий из 3 на оценку «зачтено», остальные выполнены частично или отправлены на доработку |
| «удовлетворительно» | Выполнение 1 задания из 3 на оценку «зачтено», остальные выполнены частично или отправлены на доработку |

|                       |                                |
|-----------------------|--------------------------------|
| «неудовлетворительно» | Не выполнено не одного задания |
|-----------------------|--------------------------------|

### *Критерии оценивания дневника практики*

| Оценка       | Критерий оценки  |
|--------------|--|
| «зачтено»    | Наличие заполненного дневника практики (подписи, печати) |
| «не зачтено» | Отсутствие дневника практики                             |

## **2.2. Критерии и шкалы оценивания результатов обучения при проведении промежуточной аттестации.**

Промежуточная аттестация предназначена для определения уровня освоения всего объема программы практики. Для оценивания результатов обучения при проведении промежуточной аттестации используется 4-балльная шкала.

| Шкала оценивания | Критерии   | Уровень освоения компетенций |
|------------------|--|------------------------------|
| Отлично          | <p>Обучающийся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– своевременно, качественно выполнил весь объем работы, требуемый программой практики;</li> <li>– показал глубокую теоретическую, методическую, профессионально-прикладную подготовку;</li> <li>– умело применил полученные знания во время прохождения практики;</li> <li>– ответственно и с интересом относился к своей работе.</li> </ul> <p>Отчет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– выполнен в полном объеме и в соответствии с предъявляемыми требованиями;</li> <li>– результативность практики представлена в количественной и качественной обработке, продуктах деятельности;</li> <li>– материал изложен грамотно, доказательно;</li> <li>– свободно используются понятия, термины, формулировки;</li> <li>– выполненные задания соотносятся с формированием компетенций</li> </ul> <p>Дневник:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– заполнен в полном объеме и в соответствии с предъявляемыми требованиями;</li> </ul> | Эталонный                    |
| Хорошо           | <p>Обучающийся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– демонстрирует достаточно полные знания всех профессионально-прикладных и методических вопросов в объеме программы практики;</li> <li>– полностью выполнил программу, с незначительными</li> </ul>   | Стандартный                  |

|                     |  |                             |
|---------------------|--|-----------------------------|
|                     | <p>отклонениями от качественных параметров;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– проявил себя как ответственный исполнитель, заинтересованный в будущей профессиональной деятельности.</li> </ul> <p>Отчет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– выполнен почти в полном объеме и в соответствии с предъявляемыми требованиями;</li> <li>– грамотно используется профессиональная терминология;</li> <li>– четко и полно излагается материал, но не всегда последовательно;</li> <li>– описывается анализ выполненных заданий, но не всегда четко соотносится выполнение профессиональной деятельности с формированием определенной компетенции</li> </ul> <p>Дневник:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– заполнен почти в полном объеме и в соответствии с предъявляемыми требованиями.</li> </ul>  |                             |
| Удовлетворительно   | <p>Обучающийся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– выполнил программу практики, однако часть заданий вызвала затруднения;</li> <li>– не проявил глубоких знаний теории и умения применять ее на практике, допускал ошибки в планировании и решении задач;</li> <li>– в процессе работы не проявил достаточной самостоятельности, инициативы и заинтересованности.</li> </ul> <p>Отчет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– низкий уровень владения профессиональным стилем речи в изложении материала;</li> <li>– низкий уровень оформления документации по практике;</li> <li>– носит описательный характер, без элементов анализа;</li> <li>– низкое качество выполнения заданий, направленных на формирование компетенций</li> </ul> <p>Дневник:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– низкий уровень оформления документации по практике.</li> </ul> | Пороговый                   |
| Неудовлетворительно | <p>Обучающийся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– владеет фрагментарными знаниями и не умеет применить их на практике, не способен самостоятельно продемонстрировать наличие знаний при решении заданий;</li> <li>– не выполнил программу практики в полном объеме.</li> </ul> <p>Отчет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– документы по практике не оформлены в соответствии с требованиями;</li> <li>– описание и анализ видов профессиональной</li> </ul>  | Компетенции не сформированы |

|  |   |  |
|--|---|--|
|  | деятельности, выполненных заданий отсутствует или носит фрагментарный характер<br>Дневник:<br>– не оформлен в соответствии с требованиями |  |
|--|---|--|

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

**3.1. Оценочные средства текущего контроля успеваемости.**

**Практические задания**

Задание № 1 Собрать информацию о составе *группы занимающихся*.

Задание № 2 Собрать информацию об учреждении, в котором проходит практика, устав учреждения, основная деятельность, расписание занятий, график соревнований.

Задание № 3 Разработать инструкции и тесты по технике безопасности на занятиях в учебно-тренировочных группах в ИВС.

**Индивидуальные творческие задания**

Задание № 1 Разработать критерии отбора для занимающихся в учебно-тренировочной группе на основе определения антропометрических показателей и показателей физической подготовленности в соответствии с избранным видом спорта.

**Медико-биологическое исследование антропометрических показателей занимающихся**

| № п/п | Ф. И. О. | рост | вес | ОКГ | АД | ЧСС | ЖЕЛ | Кистевая динамометрия | Становая динамометрия |
|-------|----------|------|-----|-----|----|-----|-----|-----------------------|-----------------------|
| 1     |          |      |     |     |    |     |     |                       |                       |

**Тесты для определения показателей физической подготовленности занимающихся в учебно-тренировочной группе**

Тест № 1 \_\_\_\_\_  
 Тест № 2 \_\_\_\_\_  
 Тест № 3 \_\_\_\_\_  
 Тест № 4 \_\_\_\_\_

Задание № 2 Собрать материалы по информационным антидопинговым программам (в форме доклада).

Задание № 3 Разработать инструкции и тесты по технике безопасности на занятиях в учебно-тренировочных группах в ИВС (в произвольной форме).

Задание № 4 Разработать требования к спортивному инвентарю и спортивной форме в ИВС (в произвольной форме).

Задание № 5 Провести контрольные испытания для учебно-тренировочных групп в ИВС

**Контрольные испытания показатели физической подготовленности  
занимающихся (пример)**

| № п/п | Ф. И. О. | Тест 1 | Тест 2 | Тест 3 | Тест 4 |
|-------|----------|--------|--------|--------|--------|
| 1     |          |        |        |        |        |

Задание № 6 Составить план тренировок для учебно-тренировочной группы в ИВС на 1 месяц (мезоцикл)

| Циклы | Продолжительность | Место проведения | Задачи | Средства тренировки |
|-------|-------------------|------------------|--------|---------------------|
|       |                   |                  |        |                     |

Задание № 7 Составить конспекты учебно-тренировочных занятий.

**План-конспект учебно-тренировочного занятия**

Группа \_\_\_\_\_  
 Место проведения \_\_\_\_\_  
 Задачи учебно-тренировочного занятия \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

| Части учебно-тренировочного занятия | Частные задачи | Содержание учебно-тренировочного занятия | Дозировка нагрузки | Организационно-методические указания |
|-------------------------------------|----------------|--|--------------------|--------------------------------------|
| <b>Вводная часть</b>                |                |  |                    |                                      |
| <b>Основная часть</b>               |                |  |                    |                                      |
| <b>Заключительная часть</b>         |                |  |                    |                                      |

Задание № 8. Составить психолого-педагогическую характеристику учебно-тренировочной группы.

Примерная схема психолого-педагогической характеристики учебно-тренировочной группы

1. Общие сведения учебно-тренировочной группы.

Количество учащихся, половозрастной состав. Когда сформирован коллектив, была ли смена тренера.

## 2. Содержание и характер коллективной деятельности.

- Учебная деятельность. Общая характеристика успеваемости наличие контроля за успеваемостью отдельных спортсменов, требования к ним тренера, актива группы и всего коллектива, взаимопомощь, ее формы и организация. Дисциплина в группе в учебной деятельности. Отрицательные моменты в учебной работе.

- Внеучебная деятельность. Интерес к современным событиям, спорту, искусству и т.д. формы проявления этих интересов (конференции, диспуты). Участие группы в общественной жизни (отношение к общественным поручениям, проявление инициатива и активности в работе по улучшению жизни школы).

## 3. Руководство и организация коллектива.

- Актив группы и его работа. Характеристика активистов (их уровень воспитанности, инициативность, самостоятельность и настойчивость, требовательность к себе и другим, авторитет среди товарищей и его основы, организаторские способности, отношению к общественному мнению).

- Наличие в коллективе неофициальных лидеров, характер их влияния на группу, причины этого влияния, отношения между неофициальными лидерами и активом группы.

- Взаимоотношение внутри коллектива. Степень сплоченности: проявление взаимной требовательности, чуткости, дружеской заботы взаимоотношении и уважения; наличия группировок, их внутренняя основа; эмоциональное «благополучие» отдельных членов коллектива. Анализ отдельных примеров влияния коллектива на личность спортсмена и личности на коллектив.

## 4. Общие выводы.

Характер эмоционального климата в коллективе (бодрый, жизнерадостный, инертный, напряженный и т.д). Характер дисциплинированности. Определение основных недостатков организации коллектива и взаимоотношений его членов, пути ликвидации этих недостатки.

Задание № 9 Составить программу и положение соревнований по ИВС.

### *Методические рекомендации для составления программы соревнований*

Организаторы соревнований должны анонсировать соревнование и публиковать программу соревнования, которая содержит следующую информацию:

- статус, наименование, дата и место проведения соревнования, вместе с информацией относительно объектов соревнования и удобных путей подъезда к ним;
- технические данные для конкретных дисциплин и условия участия,

- фамилии основных должностных лиц;
- время и место проведения первого совещания жюри с руководителями команд и жеребьевки;
- расписание с указанием времени начала официальных тренировок и соревнований;
- время и место проведения церемоний награждения;
- информация о действующих квотах, определяемых положением (регламентом) о соревновании;
- крайний срок подачи заявок и адрес для направления заявок, включая номера телефона, факса и адрес электронной почты.

В случае изменения в программе соревнований организатор обязан незамедлительно информировать общероссийскую спортивную федерацию (далее - ОСФ) или региональную федерацию, а также назначенного на соревнования технического делегата и всех участников, подавших заявки. Перенос или отмена соревнований осуществляется в установленном порядке.

*ПОЛОЖЕНИЕ о проведении соревнований (ОБРАЗЕЦ)*

- I. Цели и задачи.
- II. Сроки и место проведения соревнований.
- III. Руководство соревнованиями.
- IV. Участники соревнований.
- V. Программа соревнований.
- VI. Условия зачета. Определение победителей.
- VII. Награждение.
- VIII. Подача заявок.

Задание № 10 Составление экспресс оценки анализа учебно-тренировочного процесса

*Примерная схема анализа (вариант 1)*

Дата \_\_\_\_\_ Учебная группа \_\_\_\_\_

Ф.И.О. тренера-преподавателя \_\_\_\_\_

Задачи учебно-тренировочного занятия:

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

| Компоненты занятия          | Содержание компонентов | + | - | Примечания |
|-----------------------------|------------------------|---|---|------------|
| Организационные             |                        |   |   |            |
| Содержательные              |                        |   |   |            |
| Методические                |                        |   |   |            |
| Личностные качества тренера |                        |   |   |            |



|               |  |  |  |  |
|---------------|--|--|--|--|
| преподавателя |  |  |  |  |
|---------------|--|--|--|--|

### Примерное содержание анализа (вариант 2)

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

#### **2. Организация учебно-тренировочного занятия:**

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

#### **3. Содержание учебно-тренировочного занятия:**

- соответствие содержания занятия требованиям программы, по которой работает тренер-преподаватель;
- адекватность подбора упражнений в каждой части тренировки;
- специализированность содержания нагрузки (специфические, неспецифические упражнения) и ее соответствие этапу обучения (этап начальной подготовки, учебно-тренировочный этап, этап спортивного совершенствования);
- направленность тренировочных нагрузок (аэробная - ЧСС до 155 уд./мин; смешанная - 156-175; анаэробная - 188 и выше);
- рациональность использования подводящих и основных упражнений (выполнение двигательного действия по частям и целостное выполнение) на этапах обучения.

#### **4. Методика проведения учебно-тренировочного занятия:**

- использование различных методических приемов обучения, заданий различного характера;
- педагогически оправданный подбор методов обучения на этапах занятия (словесный, наглядный, практический, игровой, соревновательный и др.), соответствие методов обучения и тренировки содержанию и задачам занятия, возрасту и уровню подготовленности обучающихся;

- целесообразное сочетание групповой и индивидуальной работы занимающихся в зависимости от задач тренировки;
- осуществление тренером-преподавателем контроля нагрузки, коррекция дозировки;
- методические приемы исправления ошибок;
- оценка действий занимающихся - поощрение, наказание;
- содержательная логика учебно-тренировочного занятия;
- использование на занятиях технических средств обучения, специального оборудования;
- соблюдение санитарно-гигиенических требований и техники безопасности.

#### **5. Личностные качества тренера-преподавателя:**

- профессиональное общение: тон, стиль отношений, манера общения с группой и отдельными занимающимися;
- умение управлять группой, педагогический такт, эрудиция;
- четкость и грамотность речи тренера при командах, объяснениях, замечаниях и общении с занимающимися.

#### **6. Уровень специальной подготовленности занимающихся (тестирование):**

- физической (общей, специальной);
- технико-тактической;
- интегральной;
- соревновательной.

#### **7. Выводы и практические рекомендации:**

- выполнение плана учебно-тренировочного занятия;
- оптимальность выполнения задач тренировки;
- особенно интересное и поучительное на занятии;
- что произвело на занятии наибольшее впечатление;
- замечания;
- оценка занятия.

### **3.2. Оценочные средства промежуточной аттестации**

К дифференцированному зачету обучающийся представляет:

1. Отчет, который является документом обучающегося, отражающим, выполненную им работу во время практики

2. Дневник, являющийся документом обучающегося во время прохождения практики, характеризующим и подтверждающим прохождение практики. В нем отражается текущая работа в процессе практики: выданное индивидуальное задание на практику; анализ состава и содержания выполненной практической работы с указанием

структуры, объемов, сроков выполнения и ее оценки руководителем практики от организации; краткая характеристика и оценка работы обучающегося в период практики руководителем практики от организации. По окончании практики дневник, подписанный руководителем практики, предоставляется на кафедру.

### 3. Доклад и презентация по итогам прохождения практики.

Итоговое оценивание по практике осуществляется путем сложения результатов выполнения заданий по разделам практике:

- ✓ Практическое задание;
- ✓ Индивидуальное творческое задание;
- ✓ Решение ситуационных задач;
- ✓ Презентация, дневник практики;
- ✓ Отчет по практике

#### Критерий итоговой оценки по практике

| Оценка                | Критерий оценки                                     |
|-----------------------|---|
| «отлично»             | Выполнение всех заданий на оценку «зачтено»         |
| «хорошо»              | Выполнение 4 заданий из 5 на оценку «зачтено»       |
| «удовлетворительно»   | Выполнение 3 заданий из 5 на оценку «зачтено»       |
| «неудовлетворительно» | Выполнение менее 3 заданий из 5 на оценку «зачтено» |

## 4. Методические материалы, определяющие процедуру оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

### 4.1. Описание процедур проведения текущего контроля успеваемости студентов.

В таблице представлено описание процедур проведения контрольно-оценочных мероприятий текущего контроля успеваемости студентов, в соответствии с рабочей программой практики, и процедур оценивания результатов обучения с помощью спланированных оценочных средств.

| Наименование оценочного средства | Описания процедуры проведения контрольно-оценочного мероприятия и процедуры оценивания результатов обучения   |
|----------------------------------|---|
| Практическое задание             | Оценивание практического задания осуществляется во внеаудиторное время и на консультациях у руководителя практики, результаты решения могут быть представлены во время проведения заключительной конференции по практике. |

|  |  |
|--|--|
| Выполнение индивидуального творческого задания | Руководитель практики на установочной конференции доводит до сведения студентов содержание заданий, формы выполнения, знакомит с критериями оценивания. В назначенный срок студенты сдают выполненные задания на проверку, затем помещают в отчет. |
| Решение ситуационных задач                     | Руководитель практики на установочной конференции доводит до сведения студентов содержание ситуационных задач. Решаются задачи в процессе прохождения практики. Собираются документы для отчета.   |

#### 4.2. Описание процедуры проведения промежуточной аттестации – дифференцированного зачета

При определении уровня достижений обучающихся на дифференцированном зачёте обращается особое внимание на следующее:

- даны полные, развернутые ответы на поставленные вопросы;
  - ответ логичен, доказателен;
  - теоретические положения подкреплены примерами из практики;
  - отчет представлен в требуемой форме со всей необходимой информацией;
  - дневник представлен в требуемой форме со всей необходимой информацией.
  - качественно и своевременно выполнены задания по практике
- и т.д.

Руководитель по практике:

- пишет отзыв о выполнении обучающимся плана практики;
  - заполняет аттестационный лист по практике, оценивая уровни сформированности компетенций (качество выполнения обучающимся работ индивидуального задания) у обучающегося; результаты оценивания заносит в следующую таблицу (уровень сформированности компетенции отмечается в таблице, например, знаком «+»;
- если за компетенцией закреплено несколько видов работы, то при оценивании уровня сформированности компетенции учитываются все виды работы):

| Компетенция | Содержание компетенции | Уровни сформированности компетенций |             |           |                        |
|-------------|------------------------|-------------------------------------|-------------|-----------|------------------------|
|             |                        | Эталонный                           | Стандартный | Пороговый | Компетенция не освоена |
|             |                        |                                     |             |           |                        |

- выставляет оценку за выполнение программы практики;
- оценивает выполнение обучающимся индивидуального задания, учитывая: отчет обучающегося по практике; дневник, *портфолио*, *отсутствие и (или) наличие поощрений и (или) замечаний*, доклад и презентацию по итогам практики.