

3-410

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Чувашский государственный педагогический  
университет им. И. Я. Яковлева»

УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по учебной работе и  
дополнительному образованию



Д.Е. Иванов  
2016 г.

**ПРОГРАММА ПРАКТИКИ**

**Производственная (исполнительская) практика**

Направление подготовки

**49.03.01 «Физическая культура»**

Профиль подготовки

**Спортивная тренировка в избранном виде спорта**

Квалификация выпускника

**Бакалавр**

Чебоксары 2016 г.

## **1 Цели практики**

Целями производственной (исполнительской) практики является трансформация теоретических знаний студентов в профессиональные умения и навыки организации и проведения учебно-тренировочных занятий со спортсменами разной квалификации.

## **2 Задачи практики**

Задачами производственной (исполнительской) практики являются:

1. Ознакомить студентов с основными направлениями и опытом работы спортивных школ.
2. Обеспечить формирование умений и навыков до уровня, позволяющего самостоятельно решать оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи в процессе тренировочных занятий.
3. Формировать профессионально значимые качества личности, потребность в систематическом самообразовании и творческом подходе к работе тренера.

## **3 Место практики в структуре ОПОП ВО**

Производственная (исполнительская) практика является частью блока Б2 Практики (Б2.П.2) по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» профиль подготовки Спортивная тренировка в избранном виде спорта.

Производственная (исполнительская) практика базируется на следующих дисциплинах ОПОП:

- теория и методика физической культуры и спорта (ОК-7, ОК-8, ОПК-4, ОПК-5, ОПК-8, ОПК-9, ОПК-10, ОПК-11, ОПК-12, ПК-3, ПК-4, ПК-5, ПК-6, ПК-11, ПК-13, ПК-15, ПК-18, ПК-19, ПК-21, ПК-24, ПК-26, ПК-32);

- теория и методика избранного вида спорта (ОК-7, ОК-8, ОПК-3, ОПК-4, ОПК-8, ОПК-9, ОПК-11, ОПК-12, ПК-2, ПК-3, ПК-8, ПК-9, ПК-10, ПК-11, ПК-12, ПК-13, ПК-14, ПК-15, ПК-18, ПК-22, ПК-24, ПК-25, ПК-26).

Для успешного прохождения производственной (исполнительской) практики студент должен:

### ***Знать:***

- ценностные основы профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта;
- теорию избранного вида спорта;

### ***Уметь:***

- составлять планы учебно-тренировочных занятий;
- проводить части учебно-тренировочных занятий;
- организовывать физкультурно-массовые и спортивные соревнования;

### ***Владеть:***

- способами ориентации в профессиональных источниках информации (журналы, сайты, образовательные порталы и т.д.);
- способами проектной и инновационной деятельности.

Освоение производственной (исполнительской) практики необходимо обучающемуся для успешного освоения следующих дисциплин, прохождению практик ОПОП по данному направлению подготовки.

- производственная (преддипломная) практика (ОПК-11, ОПК-12, ПК-13, ПК-28, ПК-29, ПК-30, ПК-31);

- государственная итоговая аттестация (ОК-1, ОК-8, ОПК-3, ОПК-5, ОПК-12, ОПК-13, ПК-8, ПК-10, ПК-13, ПК-30, ПК-31).

#### **4 Вид, тип, способ и форма проведения практики**

Вид практики – производственная.

Тип практики – исполнительская.

Способ проведения практики – стационарная.

Форма проведения практики – дискретная.

#### **5 Место и время проведения практики**

Производственная (исполнительская) практика проводится на базе спортивных школ: ДЮСШ, СДЮШОР и физкультурно-оздоровительных комплексов, имеющих необходимые материально-технические условия и высококвалифицированных работников.

Производственная (исполнительская) практика проходит на 4 курсе (7 семестр) в соответствии с учебным планом. Продолжительность практики 2 недели (108 ч.).

#### **6 Компетенции обучающегося, формируемые в результате прохождения практики**

В результате прохождения данной практики обучающийся должен приобрести следующие практические навыки, умения, универсальные и профессиональные компетенции:

- способность осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки (ОПК-3);

- способность оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, технику выполнения физических упражнений (ОПК-5);

- способность использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста (ОПК-6);

- способность обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь (ОПК-7);

- способность организовывать и проводить соревнования, осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8);

- способность осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций, проводить учет и отчетность, руководить работой малых коллективов (ОПК-9);

- способность формировать осознанное отношение различных групп населения к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки ведения здорового образа жизни (ОПК-10);
- способность использовать накопленные в области физической культуры и спорта духовные ценности, полученные знания об особенностях личности обучающихся для воспитания патриотизма, профилактики девиантного поведения, формирования здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях физической культурой (ОПК-12);
- способность разрабатывать учебные планы и программы конкретных занятий (ПК-3);
- способность применять средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей (ПК-5);
- способность использовать знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта (ПК-8);
- способность формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта, воспитывать у обучающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции (ПК-9);
- способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся (ПК-10);
- способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта (ПК-11);
- способность использовать в процессе спортивной подготовки средства и методы профилактики травматизма и заболеваний, организовывать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся, применять методики спортивного массажа (ПК-12);
- способность использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию (ПК-13);
- способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (ПК-14);
- способность формировать и поддерживать мотивацию у населения к рекреационной деятельности, используя коммуникативные и организаторские способности (ПК-16);
- способность организовывать и вести рекреационную деятельность в организациях различного типа с учетом особенностей обучающихся, а также гигиенических и естественно-средовых факторов (ПК-17);

- способность выбирать средства и методы двигательной рекреации для коррекции состояния обучающихся различного пола и возраста с учетом их профессиональной деятельности (ПК-18);

- способность реализовывать программы оздоровительной тренировки для различного контингента обучающихся, включающие в себя технологии управления массой тела, рационального питания и регуляции психического состояния (ПК-19);

- способность организовывать и проводить туристско-экологические, туристско-спортивные и туристско-оздоровительные мероприятия для различных групп населения (ПК-20);

- способность организовывать и проводить массовые физкультурные и спортивно-зрелищные мероприятия (ПК-21);

- способность разрабатывать оперативные планы работы и обеспечивать их реализацию в структурных подразделениях организаций (ПК-22);

- способность составлять индивидуальные финансовые документы учета и отчетности в сфере физической культуры, работать с финансово-хозяйственной документацией (ПК-23);

- способность вести профессиональную деятельность с учетом особенностей функционирования различных типов спортивных объектов (ПК-24);

- способность организовывать физкультурно-спортивные мероприятия с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала (ПК-25);

- способность планировать оснащение физкультурно-спортивной организации соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем (ПК-26);

- способность осуществлять маркетинговую деятельность по продвижению физкультурно-спортивных услуг и товаров (ПК-27);

- способность выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта (ПК-28);

- способность применять методы обработки результатов исследований с использованием методов математической статистики, информационных технологий, формулировать и представлять обобщения и выводы (ПК-29);

- способность использовать приемы общения при работе с коллективом обучающихся и каждым индивидуумом (ПК-32).

В результате прохождения производственной (исполнительской) практики студент должен:

**Знать:**

- ценностные основы профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта;

- теории и технологии обучения и воспитания в физической культуре и спорте;

- содержание теории и методики избранного вида спорта;

- способы взаимодействия тренера с различными субъектами тренировочного и соревновательного процесса.

### ***Уметь:***

- наблюдать, сравнивать, отбирать, анализировать и систематизировать учебно-тренировочный материал;
- диагностировать состояние и уровень подготовленности спортсменов (тестирование физических качеств, функциональных возможностей, тренированности, сформированности двигательных умений и навыков, психологической подготовки и технико-тактической подготовки);
- прогнозировать результаты учебно-тренировочной и соревновательной деятельности;
- осуществлять перспективное, текущее и оперативное планирование учебно-тренировочной, соревновательной, воспитательной, научно-методической и других разделов деятельности тренера;
- творчески применять профессионально-педагогические знания в решении конкретных учебно-тренировочных и воспитательных задач с учетом возрастных, индивидуальных, социально-психологических особенностей занимающихся и уровня развития спортивного коллектива;
- организовывать учебно-тренировочную, соревновательную и воспитательную работу со спортсменами на уровне современных психолого-педагогических, медико-биологических, дидактических и методических требований;
- выбирать и творчески применять методы, средства и организационные формы учебно-тренировочной, соревновательной, воспитательной и других видов деятельности занимающихся в соответствии с решаемыми задачами;
- устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися, руководящим составом, тренерами, родителями и общественностью;
- вносить коррективы и перестраивать свою работу в зависимости от задач и конкретной ситуации тренировки, обучения и воспитания;
- учитывать и оценивать результаты деятельности с целью определения новых задач;
- организовывать и проводить агитационную работу по вовлечению детей и взрослых в занятия физической культурой и спортом;
- выполнять обязанности судей на всех участках судейской работы;
- совершенствовать свое технико-тактическое мастерство.

### ***Владеть:***

- способами ориентации в профессиональных источниках информации (журналы, сайты, образовательные порталы и т.д.);
- способами взаимодействия с другими субъектами образовательного процесса;
- способами проектной и инновационной деятельности в образовании.

## 7 Структура и содержание практики

Общая трудоемкость производственной (исполнительской) практики составляет 3 зачетные единицы, 108 часов.

### 7.1 Структура практики

№ п/п	Разделы (этапы) практики	Виды производственной работы на практике, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)	Формы текущего контроля
1.	Организационный раздел	<p>1. Участие в установочной конференции (2ч).</p> <p>2. Знакомство с базой практики, беседа с администрацией, тренерами спортивной школы (2ч).</p> <p>3. Знакомство с внутренним распорядком работы спортивной школы, инструктаж по технике безопасности (2ч).</p> <p>4. Составление индивидуального плана на период практики, графика выполнения заданий (2ч.).</p>	Участие в работе установочной конференции и собраниях, прохождение инструктажа по технике безопасности, ведение педагогического дневника, отчет о проделанной работе.
2.	Производственный раздел	<p><i>Учебная работа</i></p> <p>1. Изучение программы по виду спорта для ДЮСШ (2ч).</p> <p>2. Разработка планов-конспектов учебно-тренировочных занятий (УТЗ) (12ч.).</p> <p>3. Наблюдение за учебно-тренировочными занятиями, проводимыми тренерами (4ч.).</p> <p>4. Анализ тренировочных занятий (4ч.).</p> <p>5. Хронометрирование занятия, определение общей и моторной плотности (2ч.).</p> <p>6. Измерение ЧСС занимающегося, построение</p>	Разработка тематического планирования на учебную четверть, составление план-конспектов занятий, составление протоколов хронометрирования тренировочного занятия, регистрации ЧСС занимающихся, проверки физической подготовленности учащихся; анализ учебно-тренировочного

		пульсовой кривой (2ч.). 7. Проведение частей УТЗ (16ч.). 8. Проведение УТЗ (46ч.). <i>Воспитательная работа</i> 1. Знакомство с командой, группой занимающихся (2ч.). 2. Составление характеристики команды, группы, спортсмена (4ч.).	занятия; положение о соревновании и отчетная документация; психолого-педагогическая характеристика спортсмена
3.	Заключительный раздел	1. Оформление документации, отчета по практике (4ч.). 2. Участие в итоговой конференции (2ч.).	Участие в итоговой конференции по практике, отчет о проделанной работе.

## 7.2 Содержание практики

### Организационная работа

Участие в проводимой на факультете установочной конференции по вопросам: особенности задач, содержания и организации практики студентов.

Собеседования с работниками школы: директором или его заместителем, тренерами.

Составление индивидуального плана работы на период практики.

Оформление и ведение Дневника практиканта, отражающего содержание, анализ и качественную оценку результатов работы за каждый день практики.

Участие в собраниях бригады, проводимых руководителями практики по вопросам организации различных видов работы практикантов и отчетности за отдельные периоды практики.

Оформление индивидуальной зачетной (отчетной) документации и сдача ее методисту бригады в установленные сроки (за день до окончания практики).

Участие в собрании по подведению итогов практики, проводимом методистом совместно с администрацией школы, учителями физической культуры и классными руководителями.

Участие в составлении коллективного отчета бригады и в проводимой на факультете итоговой конференции по педагогической практике.

### Учебно-методическая работа

Просмотр учебно-тренировочных занятий, проводимых тренером с целью ознакомления с особенностями контингента, организации и методики их проведения.

Участие в инструктивно-методических занятиях, проводимых руководителями практики по выполнению конкретных заданий: составлению



планов учебной работы, тестированию занимающихся, определению плотности и пульсовой кривой занятия и т. д.

Разработка конспектов УТЗ в соответствии с содержанием составленных практикантом рабочих планов.

Просмотр с последующим разбором, обсуждением и оценкой УТЗ, проводимых другими практикантами.

Хронометрирование и определение пульсовой кривой занятия (количество по одному), проводимых практикантами, с последующим обсуждением полученных результатов.

Посещение других базовых школ для изучения и обмена опытом работы с коллегами.

### **Проведение учебно-тренировочных занятий**

Студент-практикант проводит учебно-тренировочные занятия в спортивно-оздоровительных группах (СОГ), группах начальной подготовки ГНП).

## **8 Формы отчетности по практике**

По окончании производственной (исполнительской) практики студент-практикант не позднее чем через три дня сдает следующие документы:

1. Индивидуальный план работы студента-практиканта.
2. Дневник практиканта.
3. Учебный план-график группы на год.
4. 2 план-конспекта учебно-тренировочных занятий.
5. Протокол хронометрирования тренировочного занятия.
6. Протокол регистрации частоты сердечных сокращений занимающихся во время занятий.
7. Протокол проверки физической подготовленности учащихся.
8. Анализ тренировочного занятия.
9. Положение о соревновании и отчетная документация.
10. Психолого-педагогическая характеристика спортсмена.
11. Письменный отчет о проделанной работе по всем пунктам деятельности за период практики.
12. Характеристика с места прохождения педагогической практики, заверенная гербовой печатью образовательного учреждения и подписью директора.

По итогам производственной (исполнительской) практики проводится дифференцированный зачет.

**9 Фонды оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по практике**

**9.1 Паспорт фонда оценочных средств по практике**

№ п/п	Наименование раздела (этапа) практики	Код компетенции	Форма контроля	План-график проведения контрольно-оценочных мероприятий
1	Организационный раздел	ОПК-9, ПК-19	Участие в работе установочной конференции	По окончании изучения раздела
			Прохождение инструктажа по технике безопасности	
			Ведение педагогического дневника	
			Отчет о проделанной работе	
2	Производственный раздел	ОПК-3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 12; ПК-3, 5, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 32	Разработка тематического планирования на учебную четверть	По окончании изучения раздела
			Составление план-конспектов занятий	
			Составление протоколов хронометрирования тренировочного занятия, регистрации ЧСС занимающихся, проверки физической подготовленности учащихся	
			Анализ учебно-тренировочного занятия	
			Положение о	

			соревнования и отчетная документация	
			Психолого-педагогическая характеристика спортсмена	
3	Заключительный раздел	ПК-22, 23	Участие в итоговой конференции по практике	По окончании изучения раздела
			Отчет о проделанной работе	

## 9.2 Оценочные средства по практике

Для организации практики разработаны рекомендации для учебно-тренировочной, соревновательной и воспитательной деятельности со спортсменами, формы для заполнения отчетной документации по практике (образцы дневников педагогической практики, план-конспектов учебно-тренировочных занятий, образец анализа занятия). В ходе практики студенты закрепляют знания и умения в области методики преподавания избранного вида спорта, приобретают навыки самостоятельного решения учебно-воспитательных задач. Для обсуждения практики проводится итоговая конференция. Студенты выступают с презентациями о работе в школе.

### Критерии оценивания результатов практики

№ п/п	Форма контроля	Минимальный балл	Максимальный балл
1	Участие в работе установочной конференции	2	4
2	Прохождение инструктажа по технике безопасности	2	4
3	2 план-конспекта учебно-тренировочных занятий	15	22
4	Анализ учебно-тренировочного занятия	10	15
5	Протокол хронометрирования тренировочного занятия	2	5
6	Протокол регистрации частоты сердечных сокращений занимающихся во время занятий	2	5
7	Протокол проверки физической подготовленности учащихся	2	5

8	Положение о соревновании и отчетная документация	5	7
9	Психолого-педагогическая характеристика спортсмена	5	8
10	Письменный отчет о проделанной работе	5	8
11	Участие в итоговой конференции	5	7
13	Презентация итогов практики	5	10
Итого		60	100

В соответствии с Положением о рейтинговой оценке качества знаний студентов, утвержденным на заседании ученого совета ЧГПУ им. И.Я. Яковлева 30.03.2012 г. (протокол №8), все виды учебной деятельности оцениваются по 100-балльной шкале. Рейтинговая аттестация по производственной (педагогической) практике проводится в 7 семестре и включает текущую и промежуточную составляющие. На организацию производственной (исполнительской) практики в учебном плане по направлению 49.03.01 Физическая культура (профиль «Спортивная тренировка в избранном виде спорта») отведено в 7 семестре 108 часов: 4 балла – участие в работе установочной конференции; 4 баллов – прохождение инструктажа по технике безопасности; 22 балла – 2 план-конспекта УТЗ; 15 баллов - анализ тренировочного занятия; 5 баллов - протокол хронометрирования тренировочного занятия; 5 баллов - протокол регистрации частоты сердечных сокращений занимающихся во время занятий; 5 баллов - протокол проверки физической подготовленности учащихся; 7 баллов - положение о соревновании и отчетная документация; 8 баллов - психолого-педагогическая характеристика спортсмена; 8 баллов - письменный отчет о проделанной работе; 7 баллов - участие в итоговой конференции; 10 баллов - презентация итогов практики.

Итого: РП = 4 балла (участие в работе установочной конференции) + 4 балла (прохождение инструктажа по технике безопасности) + 22 балла (2 план-конспекта УТЗ) + 15 баллов (анализ тренировочного занятия) + 5 баллов (протокол хронометрирования тренировочного занятия) + 5 баллов (протокол регистрации частоты сердечных сокращений занимающихся во время занятий) + 5 баллов (протокол проверки физической подготовленности учащихся) + 7 баллов (положение о соревновании и отчетная документация) + 8 баллов (психолого-педагогическая характеристика спортсмена) + 8 баллов (письменный отчет о проделанной работе) + 7 баллов (участие в итоговой конференции) + 10 баллов (презентация итогов практики) = 100 баллов.

## 10 Учебно-методическое и информационное обеспечение практики

а) основная литература:

1. Барчуков, И. С. Физическая культура: методики практического обучения : учеб. для вузов / И. С. Барчуков. – Москва : Кнорус, 2014. – 297 с. : ил.

2. Фискалов, В. Д. Спорт и система подготовки спортсменов [Электронный ресурс] : учебник / В. Д. Фискалов. – Москва : Советский спорт, 2010. – 392 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>.

б) дополнительная литература:

1. Губа, В. П. Основы спортивной подготовки [Электронный ресурс] : методы оценки и прогнозирования (морфобиомеханический подход) / В. П. Губа. – Москва : Советский спорт, 2012. – 384 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>.

2. Зорин, С. Д. Применение бригадных форм работы тренеров в управлении многолетней спортивной подготовкой учащихся детско-юношеских спортивных школ / С. Д. Зорин, Г. Л. Драндров, В. А. Бурцев. – Чебоксары : Чуваш. гос. пед. ун-т, 2014. – 139 с.

3. Холодов, Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подгот. "Пед. образование" / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – 12-е изд., испр. – Москва : Академия, 2014. – 479 с.

в) Интернет-ресурсы:

1. [biblioteka@chgpu.edu.ru](mailto:biblioteka@chgpu.edu.ru)

2. Психолого-педагогическая библиотека – [www.koob.ru](http://www.koob.ru)

3. Российский общеобразовательный портал <http://www.school.edu.ru/>

4. Российский общеобразовательный портал. – Режим доступа: <http://museum.edu.ru>.

5. Российское образование. Федеральный портал <http://www.edu.ru/>

6. Словари и энциклопедии на Академике // Академик. – Режим доступа: <http://dic.academic.ru/>.

7. <http://biblio.chgpu.edu.ru>

8. <http://www.school2100.ru>

9. Библиотека научно-педагогической литературы // Портал современных педагогических ресурсов – Режим доступа: <http://intellect-invest.org.ua/rus/library/>.

10. Министерство спорта РФ [www.minsport.gov.ru/](http://www.minsport.gov.ru/)

11. Педагогика. – Режим доступа: <http://www.pedpro.ru/>.

12. Педагогическая библиотека -[www.metodkabinet.eu](http://www.metodkabinet.eu)

13. Педагогическая библиотека -[www.pedlib.ru](http://www.pedlib.ru)

14. [www.teoriya.ru](http://www.teoriya.ru)

15. [www.rossport.ru](http://www.rossport.ru)

16. [www.olympic.ru](http://www.olympic.ru)

17. [www.infosport.ru](http://www.infosport.ru)

18. [www.sportedu.ru](http://www.sportedu.ru)

## **11 Информационные технологии, используемые на практике**

В ходе подготовки к урокам и организации воспитательной работы студенты могут использовать следующие информационные ресурсы: Microsoft Office Word — текстовый редактор. С его помощью возможно создавать документы различной сложности. Microsoft Office Excel — табличный редактор, в котором есть все нужные функции для создания электронных таблиц любой сложности. Microsoft Office PowerPoint — популярное приложение для подготовки презентаций. Microsoft Office Picture Manager — работа с изображениями.

## **12 Материально-техническая база практики**

Для проведения уроков студенту-практиканту необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

- спортивный зал и открытые плоскостные площадки;
- спортивный инвентарь и оборудование;
- возможность выхода в сеть Интернет для поиска нужной информации на образовательных сайтах и порталах;
- компьютер;
- мультимедийный проектор;
- аудио-оборудование.