

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

«Приднестровский государственный университет им. Т.Г. Шевченко»

Факультет «Физическая культура и спорт»

Кафедра «Теория и методика физического воспитания и спорта»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета, к.п.н., профессор В.Ф. Гуду

(подпись, расшифровка подписи)

« 26 » сентября 2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

на 2019-2020 учебный год

180 часов/3 ЗЕТ

**ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ
(ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ)**

Направление подготовки:
49.03.01 Физическая культура

Профиль подготовки
Спортивная тренировка

квалификация (степень) выпускника

«академический бакалавр»

Форма обучения:

ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Год новора 2016

Тирасполь 2019 г.

Рабочая программа по «Производственная практика» / сост. ст.пр. Гамалицкий К.В. – Тирасполь: ГОУ ИГУ, 2019 – 17 с.

Рабочая программа предназначена для преподавания дисциплины обязательной (вариативной) части дисциплин предметной подготовки студентам очной и заочной форм обучения по направлению подготовки: «Физическая культура»

Рабочая программа составлена с учетом Государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования по профилю подготовки 49.03.01 «Спортивная тренировка» пр. № 1426 от 04.12.2015г.

Составитель:  /Гамалицкий К.В. ст. преподаватель/

© Гамалицкий К.В.
© ГОУ ИГУ, 2019

1. Цели и задачи практики

Целью практики является закрепление теоретических знаний студентом в области медико-биологических, психолого-педагогических, биомеханических и правовых основ спортивной тренировки, овладение на этой основе профессиональными умениями и навыками, необходимыми в практической деятельности тренера по виду спорта при организации и проведении учебно-тренировочной, воспитательной и спортивно-массовой работы.

Задачи:

- изучить систему работы базы практики, содержание деятельности тренера-преподавателя, особенности организации и условия проведения тренировочного процесса;
- довести качество педагогических умений и навыков до уровня, позволяющего самостоятельно решать практические задачи подготовки спортсменов в избранном виде спорта;
- содействовать дальнейшему формированию профессионально значимых качеств личности, обуславливающих дальнейшее самосовершенствование, устойчивый интерес, активное и творческое отношение к работе тренера.

Данные задачи производственной практики соотносятся со следующими видами и задачами профессиональной деятельности, определяемыми ФГОС ВПО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиль подготовки «Спортивная тренировка».

2. Место практики в структуре ООП ВПО

Для прохождения практики необходимы знания, умения и компетенции, полученные при изучении дисциплин базовой и вариативной части и учебной практики. В частности, необходимо опираться на знания дисциплин: анатомия человека(Б1.Б.11), психология физической культуры(Б1.Б.9), гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности(Б1.Б.17), биомеханика (Б1.Б.14),

теория и методика физической культуры(Б1.Б.7), теория и методика избранного обучения базовым видам спорта (Б1.Б.6), физиология физической культуры и спорта(Б1.Б.13), спортивная метрология(Б1.В.ОД.9).

Изучение данных дисциплин готовит студентов к освоению умения планировать и проводить тренировочные занятия, спортивно-массовые мероприятия, а также анализировать (методами хронометрирования и пульсометрии) учебно-тренировочную нагрузку, и помогает приобрести «входные» компетенции, такие как: - способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8), - способностью 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).

3. Формы проведения практики

Практика проходит в индивидуально-групповом формате. Студент-практикант направляется в одно из избранных (предлагаемого перечня) спортивных организаций в составе рабочей группы (бригады) с назначением бригадира группы. За каждым практикантом закрепляется одна тренировочная группа по виду спорта; в редком исключении может быть две группы, но не более. Контингент, по уровню подготовленности, определяется организаторами от места практики.

Учебно-тренировочная работа осуществляется в форме проведения студентом-практикантом тренировочных занятий в закрепленной за ним группе, с последующим обсуждением результатов деятельности в своей бригаде при участии тренера-преподавателя и группового руководителя от университета. Внеучебная часть программы реализуется в форме самостоятельной работы или в бригаде студентов-практикантов: при организации соревнований, спортивно-массовой (кроссы и пр.) и воспитательной (посещение с группой музеев, выставок, проведение викторин и пр.) работы. Исключительно самостоятельно каж-

дый студент-практикант разрабатывает учебно-методическую документацию, предусмотренную программой практики.

Практика проходит в три этапа:

1) *этап обучения*, когда практикант самостоятельно проводит отдельные части и целые тренировочного занятия под контролем тренера-преподавателя, в объеме 54 часа (2 неделя), включая все виды работ с проведением научных исследований;

2) *этап совершенствования* включает самостоятельное проведение тренировочных занятий, а также все перечисленные виды работ, в объеме до 54 часа (2 неделя). Таким образом, студент-практикант за период практики обязан выполнить объем работы равный 108 часам, или 3 зачетных единиц.

3) *Итоговый этап* - отчётная конференция по практике.

4. Место и время проведения практики

Базами производственной практики студентов 4 курса являются учреждения дополнительного образования (ДЮСШ, СДЮШОР, СК и других спортивных объединениях), имеющих необходимое для проведения учебно-тренировочных занятий материально-техническое оснащение и высококвалифицированными педагогическими кадрами.

Согласно учебного плана объём практики составляет 3 з. е. (108 часов), её длительность для студентов очной формы обучения – 2 недели, в 8 семестре. Студенты заочной формы обучения проходят практику без отрыва от основной работы в таком же объеме в период 9-го семестра.

5. Компетенции студента, формируемые в результате прохождения практики

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

Код компетенции	Формулировка компетенции
(ОК-8)	- способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
(ПК-14)	- способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности

6. Структура и содержание практики

Общая трудоемкость педагогической практики составляет 3 зачетные единицы, 108 часов.

№ п/п	Разделы (этапы) практики	Виды учебной, производственной работы на практике, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля
		1 неделя	2 неделя	Самостоят. работа	
1	Этап обучения	организационная, учебно-методическая, воспитательная,	соревновательная и хозяйственная работа	проведением научных исследований	представить план-конспект тренировочного занятия (приложение 8) и отчет по педагогическому анализу тренировочного занятия (приложение 9), а также дневник практиканта на проверку групповому руководителю
2	Этап совершенствования	самостоятельно проводит отдельные части и целые тренировочного занятия, под контролем тренера-преподавателя	самостоятельное проведение тренировочных занятий, а также все перечисленные виды работ	проведением научных исследований	представить планы-конспекты, проводимых тренировочных занятий (приложение 8), дневник практиканта; оценка качества проводимых тренировочных занятий и прочих мероприятий по индивидуальному плану
3	Итоговый этап	Отчётная конференция по практике			Письменный отчёт о практике и его публичная защита (приложение 10)
3	Итого:	54 часа	54 часа		108 часов

7. Образовательные, научно-исследовательские и научно-производственные технологии, используемые при проведении практики

Во время проведения практики используются следующие виды научно-

исследовательских и научно-производственных педагогических технологий:

- традиционное обучение;
- игровое обучение;
- технологии коллективного и индивидуального обучения и воспитания;
- личностно-ориентированные технологии;
- технология планирования процесса обучения;
- технологии планирования результатов обучения;
- технология организации массовых мероприятий спортивного характера;
- технологии диагностики физического развития и функционального состояния обучаемых;
- методы научного исследования и анализа.

8. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы на практике

В период практики студенты самостоятельно выполняют следующие виды работ:

Организационная работа участие в установочной конференции по практике; изучение программы практики; ознакомление с правилами внутреннего распорядка, учебной и методической документацией, планами соревновательной деятельности, документами учета и отчетности, материально-техническим обеспечением (состояние зала, оборудования, инвентаря и др.) базы практики – избранного вида спорта; ознакомление с расписанием тренировочных занятий и с группой занимающихся, закрепленной за практикантом; разработка индивидуального плана работы студента на период практики; составление личного расписания проведения тренировочных занятий; заполнение дневника-практиканта, с представлением на проверку групповому руководителю

Учебно-методическая работа разработать годовой график тренировочного процесса по избранному виду спорта, на примере закрепленной группы; разработать групповой план тренировочных занятий на мезоцикл; посещение

тренировочных занятий, проводимых тренером, с целью изучения особенностей методики преподавания, воспитания и организации занимающихся

Воспитательная работа ознакомиться с содержанием и организацией воспитательной работы на базе практики

Соревновательная и спортивно-массовая работа разработка документов о соревновании – положение о соревновании, смета, краткий отчёт о соревновании; участие в организации и проведении спортивных соревнований в качестве судьи, представителя, руководителя команды.

Хозяйственная работа принимать участие в подготовке и ремонте спортивного инвентаря, оборудования, спортивных площадок к предстоящим занятиям и соревнованиям

9. Аттестация по итогам практики

Для оценки результатов работы студента-практиканта используются следующие критерии:

- соответствие отчётной документации программе практики (дневник, итоговый отчет, другая требуемая документация);
- оценка по пятибалльной системе качества проведения практикантом зачётных тренировочных занятий;
- качество организации и проведения спортивных соревнований и других массовых мероприятий;
- качественная оценка деятельности студента-практиканта тренером-преподавателем от базы практики;
- качественная оценка самостоятельного научного исследования, способности его анализа и обобщения;
- степень проявления творческой, исследовательской активности и собственной дисциплинированности, организованности студента-практиканта;
- степень владения информацией, представленной в итоговом отчёте.

По итогам практики проводится аттестация на всех этапах. По окончании каждого из этапов студент-практикант представляет своему групповому

руководителю соответствующий перечень отчетной документации. Кроме этого руководителем оценивается практическая деятельность студента-практиканта соответствующая содержанию (задачам) данного этапа аттестации. Оценка результата деятельности студента-практиканта осуществляется на каждом этапе практики в баллах, исходя из следующих пороговых уровне: *этап обучения* – 30-48 баллов; *этап совершенствования* – 20-32 баллов; *итоговый этап* – (10-20 баллов). Итоговая оценка результата освоения программы практики должна соответствовать как минимум пороговому уровню – 60 баллов из 100 возможных. Дифференцированная оценка выставляется: при 60-69 баллах – «удовлетворительно»; 70-84 – «хорошо»; 85-100 – «отлично», соответственно.

10. Учебно-методическое и информационное обеспечение практики

10.1. Основная и дополнительная литература

<i>№№ n/n</i>	<i>Автор и наименование</i>	<i>Вид посо бия</i>	<i>Год изда ния</i>	<i>Кол-во экз. в библио теке</i>
<i>основная литература</i>				
Л-1	Зеновский, Е. В. Практикум по теории физической культуры и спорта (планирование и контроль) [Текст] : учебное пособие / Е. В. Зеновский, М. И. Бочаров. – Ухта : УГТУ, 2010. 96 с.	УП	2010	20
Л-2	Барчуков, И. С. Физическая культура и спорт : методология, теория, практика [Текст] : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / И. С. Барчуков, А. А. Нестеров. – М. : Академия, 2006, 2008, 2009. 528 с.	УП	2009	37
Л-3	Холодов, Ж. К. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта [Текст] : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений физической культуры / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М. : Академия, 2007. 144 с.	УП	2007	22
<i>дополнительная литература</i>				
Л-4	Матвеев, Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов [Текст] : монография / Л. П. Матвеев. – Киев: Олимпийская литература, 1999. – 318 с.	Др	1999	1
Л-5	Уилмор, Дж. Х. Физиология спорта [Текст] ; пер. с англ. / Дж. Х. Уилмор, Д.Л. Костил . – Киев : Олимпийская литература, 2001. 503 с.	Др	2001	1
Л-6	Губа, В. П. Основы распознавания раннего спортивного таланта [Текст] : учеб. пособие для высш. учеб. заведений физич. культ. – М. : Терра-Спрот, 2003. 208 с.	УП	2003	1
Л-7	Никитушкин, В. Г. Организационно-методические основы подготовки спортивного резерва [Текст] / В. Г. Никитуш-	Др	2005	1

	кин, П. В. Квашук, В. Г. Бауэр. – М. : Советский спорт, 2005. 232 с.			
Л-8	Киселев, А. Н. Психодиагностика в физическом воспитании и спорте [Текст] : учеб. пособие. – 2-е изд. – Архангельск : ПГУ, 2008. 128 с.	УП	2008	1
Л-9	Физическая культура : воспитание, образование, тренировка [Текст] : научно-методический журнал. – М. : № 4 – 6, 2005; № 1 – 6, 2006; № 1 – 6, 2007; № 1 – 6, 2008; № 4 – 6, 2009. № 1, 2010; 2011-2015.	Др	2005-2015	1
Л-10	Теория и практика физической культуры [Текст] : научно-теоретический журнал. – М., 2010-2015.	Др	2010-2015	1
Л-11	Физическая культура в школе [Текст] : научно-методический журнал. – М. : 2011-2015	Др	2011-2015	1
программное обеспечение и Интернет-ресурсы				
	http://www.edulib.ru – сайт Центральной библиотеки образовательных ресурсов			
	http://www.rsl.ru – сайт Российской государственной библиотеки			
	http://sportreferats.narod.ru/ – Рефераты на спортивную тематику			
	http://www.allsport.ru – сайт спортивных инноваций			
	http://www.cardiosport.ru – сайт фирмы «Polar Electro», производящей компьютеризированное медицинское и тренировочное оборудование			
	http://www.marathon-e.ru – сайт фирмы «Марафон-электро», выпускающей оборудование для обслуживания соревнований (табло и системы хронометража)			

11. Материально-техническое обеспечение практики

Предлагаемые студентам базы практик, в соответствии с ФГОС ООП, обладают должным материально-техническим обеспечением для решения поставленных, программой практики, задач. Выпускающая кафедра обеспечивает студента-практиканта инструментарием для выполнения учебно-исследовательской работы, а также всеми вспомогательными и методическими материалами на бумажных и электронных носителях.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

ОЦЕНОЧНЫЙ ЛИСТ

производственной практики студента _____ группы _____
ФИО

Место практики: _____

Сроки прохождения: _____

<i>Этап</i>	<i>Содержание</i>	<i>Мах балл</i>	<i>Фактиче- ская оценка (балл)</i>
Ознакомительный этап		16	
1. Качество составления справки о базе практики (прилож. 1)		2	
2. Качество составления расписания учебно-тренировочного занятия в группе (прилож. 2)		2	
3. Качество составления характеристики группы по виду спорта (прилож. 3)		2	
4. Качество составления индивидуального плана работы на период практики (прилож. 5)		2	
5. Качество составления годового графика учебно-тренировочного процесса (прилож. 6)		2	
6. Качество составления группового плана тренировочных занятий на мезоцикл (прилож. 7)		2	
7. Качество заполнения дневника практиканта		4	
Этап обучения		32	
1. Качество составления 8 конспектов тренировочных занятий, направленных на развитие выносливости, быстроты, силы и на формирование техники в избранном виде спорта (прилож. 8)		10	
2. Качество оценки педагогического анализа (прилож. 9)		22	
Этап совершенствования		32	
1. Качество составленных планов конспектов тренировочных занятий (прилож. 8)		10	
2. Оценка качества проводимых 10 тренировочных занятий		22	
Итоговый этап		20	
1. Качество письменного отчета о практике (прилож. 10)		10	
2. Публичная защита		10	
Сумма баллов / оценка			

Подпись _____

Дата _____

Справка о базе практики

1. Полное наименование организации (базы практики) и его местоположение.
2. Руководитель организации (Ф.И.О., № телефона).
3. Тип спортивного зала и его местоположение.
4. Тренер-преподаватель (Ф.И.О., № телефона).
5. Размер спортивного зала (m^2).
6. Наличие стандартного оборудования (перечислить виды, количество его состояние).
7. Инвентарь и тренажёры (виды, количество их состояние).
8. Количество занимающихся в группе, возраст, спортивный разряд (перечислить подробно).
9. Наличие документов прохождения врачебного контроля.
10. Дата составления справки и подпись студента-практиканта.

Расписание учебно-тренировочных занятий в группе

<i>Дни недели</i>	<i>Время (час)</i>			
Понедельник				
Вторник				
Среда				
Четверг				
Пятница				
Суббота				
Воскресенье				

Приложение 4

Общая характеристика группы занимающихся по виду спорта

Фамилия и имя занимающегося	Возраст (лет)	Пол (м/ж)	Длина тела (см)	Масса тела (кг)	Спорт. разряд	Стаж (лет)	Ориентировочный тип темперамента			
							X	C	Φ	M
Средний показатель										

Приложение 5

Выписка из заседания тренерского совета

1. Дата и время проведения.
2. Присутствующие на заседании (Ф.И.О., должности).
3. Повестка дня (обсуждаемый(ые) вопросы).
4. Докладчик(и) (Ф.И.О., должность).
5. Принятое(ые) решение(я).

Приложение 6

Индивидуальный план работы на период практики

<i>Содержание работы</i>	<i>Дата</i>	<i>Отметки о выполнении</i>
Организационная работа		
Учебно-методическая работа		
Воспитательная работа		
Соревновательная и спортивно-массовая работа		
Исследовательская работа		
Хозяйственная работа		

Приложение 7

Годовой график учебно-тренировочного процесса

[illegible]

Приложение 8

Групповой план тренировочных занятий на мезоцикл (6 недель)

Основные задачи тренировки	Основные средства тренировки	Распределение нагрузки по нед. (ч)						Общий объём (ч)
		1	2	3	4	5	6	

Приложение 9

План конспект тренировочного занятия

Задачи тренировки:

- 1.
- 2.
- 3.

Содержание	Дозировка	Методические указания
Подготовительная часть		
Основная часть		
Заключительная часть		

Примечания: в каждой части тренировочного занятия полностью раскрывается её содержание; «дозировка» в каждом случае может осуществляться – по времени (*с, мин*), пройденному пути (*м, км*), скорости ($m \cdot c^{-1}$), количеству повторений (*раз*), силе (*кг*) и т. п.

Педагогический анализ тренировочного занятия

При выполнении педагогического анализа следует раскрыть следующие положения.

Общие сведения. Фамилия, имя, отчество студента практиканта, проводящего тренировку. Дата проведения. Вид спорта. Количество занимающихся. Место проведения.

Подготовленность к занятию. Подготовка мест занятий, оборудования, инвентаря.

Характеристика чёткости и точности обозначения задач учебно-тренировочного занятия. Успешность решения поставленных задач.

Оценка организации и проведения тренировочного занятия. Соблюдение структуры и последовательности выполнения частей занятия (подготовительная, основная, заключительная). При этом учитывать: рациональность распределения времени на отдельные задания; соответствие физических упражнений и заданий основным задачам тренировки.

Оценка методики обучения. Знание студентом-практикантом техники изучаемых движений. Правильность подбора средств, методов для решения отдельных задач тренировки. Использование в тренировочном занятии словесного метода и показа. Формирование интереса у занимающихся к тренировочному процессу.

Характеристика тренировочной нагрузки. Оценка объема и интенсивности нагрузки. Соответствие нагрузки возрасту, полу и подготовленности занимающихся. Использование приемов регулирования нагрузки.

(Образец титульного листа и структура письменного отчета)

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

«Приднестровский государственный университет им. Т.Г. Шевченко»

Факультет «Физическая культура и спорт»

Кафедра «Теория и методика физического воспитания и спорта»

ОТЧЕТ

о прохождении производственной (тренировочной) практики
по направлению подготовки 49.03.01 – физическая культура

Студента _____
(Ф.И.О., группа)

База практики _____

Сроки практики:

Начало «__» _____ 20 __ г.

Окончание «__» _____ 20 __ г.

Групповой руководитель практики

(должность, Ф.И.О.)

Оценка по практике _____

Дата «__» _____ 20 __ г.

Тирасполь 20__

1. Организационная работа

(Подробно описывается содержание каждого раздела работы с новой страницы)

.....

– 3 –

2. Учебно-методическая работа

.....

– 4 –

3. Воспитательная работа

.....

– 5 –

4. Соревновательная и спортивно-массовая работа

.....

– 6 –

5. Исследовательская работа

.....

– 7 –

6. Хозяйственная работа

.....

– 8 –

7. Приложения (1-9)

.....

– 18 –

8. Предложения по практике

.....

Подпись студента-практиканта _____
Дата