Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение

«Колледж олимпийского резерва Пермского края»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ**

**по подготовке отчетной документации**

**результатов прохождения производственной практики**

**по ПМ.02. Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде адаптивного спорта**

программы подготовки специалистов среднего звена

по специальности 49.02.02. Адаптивная физическая культура

квалификация «Педагог по адаптивной физической культуре и спорту»

# Пермь, 2024

СОДЕРЖАНИЕ

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Цели и задачи практики | 3 |
| 2. Требования к оформлению и представлению отчета по производственной практике | 4 |
| Приложения | 5 |
| Приложение 1. Образец титульного листа отчета по производственной практике | 5 |
| Приложение 2. Образец оформления содержания отчета | 6 |
| Приложение 3. Анализ учебно-методического комплекса (УМК) спортивной подготовки | 7 |
| Приложение 4. План микроцикла | 8 |
| Приложение 5. Протокол хронометрирования тренировки | 9 |
| Приложение 6. План-конспект тренировки | 10 |
| Приложение 7. Протокол анализа и самоанализа тренировочного занятия по избранному виду спорта | 12 |
| Приложение 8. Комплекс упражнений на повышение уровня развития физических качеств | 14 |
| Приложение 9. Протокол оценки физической подготовленности по дисциплине | 15 |
| Приложение 10. Образец дневника производственной практики | 16 |
| Приложение 11. Характеристика профессиональной деятельности на производственной практике | 17 |
| Приложение 12. Аттестационный лист по производственной практике | 19 |

Уважаемый студент!

Производственная практика является составной частью профессионального модуля ПМ.02. Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде адаптивного спорта по специальности 49.02.02. Адаптивная физическая культура

Требования к содержанию практики регламентированы:

* федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 49.02.02. Адаптивная физическая культура;
* учебными планами специальности, рабочей программой профессионального модуля.

По профессиональному модулю ПМ.02. Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде адаптивного спорта учебным планом предусмотрена производственная практики.

Производственная практика по профилю специальности направлена на формирование общих и профессиональных компетенций, приобретение практического опыта по виду профессиональной деятельности «Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде адаптивного спорта»*.*

Прохождение практики повышает качество профессиональной подготовки, позволяет закрепить приобретаемые теоретические знания, способствует социально-психологической адаптации на местах будущей работы.

Прохождение производственной практики является **обязательным условием** обучения.

Студенты, успешно прошедшие производственную практику и получившие положительную оценку по результатам прохождения производственной практики, допускаются к экзамену (квалификационному) по профессиональному модулю. Обращаем Ваше внимание, что студенты, не прошедшие практику, к экзамену (квалификационному) по профессиональному модулю не допускаются.

Настоящие методические указания определяют цели и задачи, а также конкретное содержание заданий по практике, особенности организации и порядок прохождения производственной практики, а также содержат требования к подготовке отчета по практике и образцы оформления его различных разделов. Обращаем Ваше внимание, что внимательное изучение рекомендаций и консультирование у руководителя практики от образовательного учреждения поможет без проблем оформить отчет по практике.

**Желаем Вам успехов!**

# ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ И ПРЕДСТАВЛЕНИЮ ОТЧЕТА

# ПО производственной ПРАКТИКЕ

# По окончании производственной практики студент-практикант составляет письменный отчет, который проверяется и подписывается руководителем практики.

Отчет о практике должен иметь следующую структуру:

* Титульный лист (Приложение 1)
* Содержание. Отражаются все разделы отчета с указанием страниц (Приложение 2)
* Анализ учебно-методического комплекса спортивной подготовки (Приложение 3)
* План микроцикла (Приложение 4)
* Оценка эффективности организации тренировки (протокол хронометрирования) (Приложение 5)
* Конспекты тренировочных занятий (Приложение 6)
* Протоколы анализа и самоанализа тренировочного процесса (Приложение 7)
* Комплексы упражнений на повышение уровня развития физических качеств (Приложение 8)
* Протоколы оценки физической подготовленности по дисциплине (Приложение 9)

**К защите отчета по производственной практике представляются следующие материалы:**

1. Письменный отчет.
2. Дневник производственной практики (Приложение 10) Сведения в дневник заносятся с указанием даты изучаемых вопросов программы и описанием в краткой форме выполненной работы. По окончании практики дневник подписывается руководителем практики от организации и заверяется печатью.
3. Характеристика профессиональной деятельности по производственной практике (Приложение 11)
4. Аттестационный лист по производственной практике (Приложение 12)

Оформление отчета осуществляется по единому образцу.

Отчет должен быть оформлен на компьютере в текстовом редакторе Word, распечатан на одной стороне белой бумаги формата А4 (210 x 297 мм). Размер полей (расстояние между текстом и краем страницы): слева – 30 мм, справа – 10 мм, сверху – 2 0мм, снизу – 20 мм. Нумерация страниц – внизу страницы справа. Межстрочный интервал — 1,5; красная строка (абзац) – 1,25; размер шрифта (кегль) - 14; тип (гарнитура) шрифта – Times New Roman, начертание литер обычное; выравнивание основного текста — по ширине; перенос — автоматический.

Нумерация страниц: первый – титульный лист, не нумеруется, второй – Содержание, Введение начинается с 3 страницы.

Каждая структурная часть отчета должна начинаться с новой страницы и должна быть оформлена в соответствии с шаблоном, представленным в приложении.

Расстояния между заголовками раздела и параграфа, заголовком параграфа и текстом – через одну пропущенную строку. Точка в конце заголовка не ставится.

**Приложение 1**

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение

«Колледж олимпийского резерва Пермского края»

**ОТЧЕТ**

по производственной практике

**по ПМ.02. Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде адаптивного спорта**

студента(ки) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(ФИО)

\_\_\_ курса, \_\_\_\_\_\_\_\_ группы, специальности 49.02.02. Адаптивная физическая культура

Место практики\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Сроки практики\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Руководитель от организации

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Должность, подпись (ФИО)

**М.П.**

Руководитель практики от колледжа

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Должность, подпись (ФИО)

Пермь 2024

**Приложение 2**

**СОДЕРЖАНИЕ**

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Анализ УМК спортивной подготовки (Приложение 3) |  |
| 1. План микроцикла (Приложение 4) |  |
| 1. Оценка эффективности организации тренировки (протокол хронометража) (Приложение 5) |  |
| 1. Конспекты тренировочных занятий (4) (Приложение 6) |  |
| 1. Протоколы анализа тренировочного процесса (4) (Приложение 7). |  |
| 1. Протоколы оценки физической подготовленности, нагрузки на тренировочном занятии (Приложение 9) |  |
| 1. Комплексы упражнений на развитие физических качеств (Приложение 8) |  |
| 1. Дневник производственной практики (Приложение 10). |  |
| 1. Характеристика (Приложение 11). |  |
| 1. Аттестационный лист (Приложение 12). |  |

**Приложение 3**

**Анализ учебно-методического комплекса (УМК) спортивной подготовки**

**по дисциплине………… для занимающихся с *ПОДА***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п.п. | Наименование учебно-методических пособий в структуре УМК | Автор, издательство, год | Количество тренеров, работающих по данному УМК, или его компоненту | Количество спортсменов, обучающихся по данному УМК, или его компоненту |
|  | Программа дисциплины спортивной подготовки |  |  |  |
|  | ФССП |  |  |  |
|  | Учебно-методическое пособие тренера |  |  |  |
|  | Дидактические материалы |  |  |  |
|  | Наглядные пособия для спортсменов |  |  |  |
|  | Документы контроля и учета результатов спортивной подготовки |  |  |  |

**Приложение 4**

**План микроцикла**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Цикл | Продолжительность | Место проведения | Содержание тренировочных занятий |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

**Приложение 5**

**Протокол**

**хронометрирования тренировки**

**по\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**от «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г.**

Группа: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Фамилия проводящего тренировку\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Фамилия наблюдаемого спортсмена\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Тип тренировки: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Задачи тренировки: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Место проведения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п.п. | Виды деятельности | Показатели секундомера | Объяснение и показ | Выполнение упр. | Вспомогат.  действ. | Рациональный отдых | Простой |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сумма затраченного времени | |  |  |  |  |  |  |

Общая плотность:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Моторная плотность:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Оценка плотности тренировки:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

ПРИМЕР РАСЧЕТА И ОЦЕНКИ ОБЩЕЙ И МОТОРНОЙ ПЛОТНОСТИ ТРЕНИРОВКИ

ОП=t факт..х 100%=42.55 х 100 = 94,5%

tобщ 45

МП= t фу х 100%= 35.15 х 100= 78,1%

tобщ 45

**Приложение 6**

**План-конспект тренировки**

Взаимосвязь между занятиями обеспечивает систематичность, доступность и прочность обучения

Правильно сформулированные педагогические задачи помогут лучше подобрать учебный материал, методы воспитания и обучения.

В графе 1 записываются частные задачи, которые раскрывают назначение каждого упражнения на уроке.

Формулировка задач начинается с глагола в неопределенной форме: формировать, воздействовать, обучать, повторить и т.д. Частная задача сходна с основной, она лишь уточняет, каждую часть двигательного действия должен освоить учащийся на занятии.

В графе 2, напротив частной задачи, записывают упражнения тренировки в последовательности их проведения.

Упражнения должны соответствовать общим и частным задачам урока, обеспечивая связь подготовительной и заключительной части. Запись может быть дополнена графическим изображением.

Дозировка указывается в количестве повторений, времени или с указанием длины отрезков. Желательно указывать время, запланированное на решение задачи урока.

В графе 3 напротив каждого упражнения записывается сначала организационное указание, а затем методическое. Организационные указания фиксируют перемещение занимающихся, способы организации тренировки, раздачу инвентаря и т.д.

Методические указания направлены на предупреждение ошибок в технике, фиксируют требования к выполнению упражнений, направляют внимание тренера и спортсменов на опорные точки техники.

**Пример**

**План-конспект тренировочного занятия по лыжным гонкам**

ТГ – 1 года обучения

Для занимающихся \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ вид спорта, нозология

Дата проведения

Место проведения

Продолжительность тренировки

Задачи тренировки

1. Обучающие:

2. Коррекционно-развивающие:

3. Воспитательные:

Инвентарь:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Частные задачи | Содержание | Дозировка | Методические указания |
|  | Подготовительная часть |  |  |
|  |  |  |  |
|  | Основная часть |  |  |
|  |  |  |  |
|  | Заключительная часть |  |  |
|  |  |  |  |

Примечания: в каждой части тренировочного занятия полностью раскрывается её содержание; «дозировка» в каждом конкретном случае может осуществляться - по времени *(с, мин),* пройденному пути *(м, км),* скорости *(м* \* *с1),* количеству повто­рений *(раз),* силе (кг) и т. п.

**Приложение 7**

**Протокол анализа и самоанализа тренировочного занятия по избранному виду спорта**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Компоненты тренировки** | **Уровень методической подготовленности обучающихся** | | | |
| Низкий | Ниже среднего | Средний | Высокий |
| 1 | Составление плана-конспекта занятия | Составлен формально, без организационно-методических указаний. Содержание плана расходится с основными положениями дидактических принципов обучения | Составлен кратко, с указанием перечня упражнений основной части занятия. Организационно-методические указания не конкретны, не раскрывают организации и методики проведения занятия | Составлен четко и ясно. Но замечаются отдельные неточности в терминологии, не полностью раскрыты организационно-методические указания, содержание вводной части урока схематично, дозировка выполнения упражнений не указана, не отражен порядок установки снарядов, размещения отделений и групп, их перемещения | Составлен четко, ясно, с подробным указанием содержания подготовительной, основной заключительной частей занятия. Задачи занятия определены четко и легально. Организационно-методические указания раскрыты подробно и отражают организацию и методику проведения занятия. Содержание занятия записано правильно, с соблюдением принятой терминологии |
| 2 | Объяснение и показ упражнений | Объяснение вообще отсутствует. В терминологии допускаются грубые ошибки. Показ подменяется рассказом или выполняется с грубыми ошибками в технике | Объяснение нечеткое, длинное, с продолжительными паузами. В терминологии допускаются ошибки. Вместо объяснения техники упражнения раскрывается его содержание. Упражнение показывается в целом без ориентирования учеников на правильное выполнение основных движений | Объяснение ясное, но длинное, с незначительными ошибками, которые не вызывают искажений общей структуры упражнения в представлении занимающихся. При показе выполняются вышеперечисленные требования, но не в полном объеме. Внимание уделяется мелким деталям техники, недостаточно четко определяется главное в выполнении упражнений | Объяснение ясное, краткое, образное, эмоциональное, обоснованное и убедительное. Терминология правильная. При объяснении используются знания анатомо-физиологических основ физической подготовки, объясняются и подчеркиваются основные элементы техники выполнения упражнений. Объяснение упражнений сочетается с показом. Показ подчеркивает наиболее характерное в выполнении упражнений. Тренер методически разнообразит показ, предваряя ему вопросы к занимающимся, что способствует более четкому, правильному представлению о технике упражнений. Используются кинограммы и схемы, таблицы и ТСО. Показ осуществляется с учетом восприятия занимающихся. |
| 3 | Применение методов и методических приемов | Обнаруживается незнание способов разучивания упражнений. Занятие в основном сводится к выполнению упражнений, предложенных тренером произвольно | Применяются однообразные методы, недостаточно эффективные. Обучение иногда начинается со второстепенных элементов. Не обеспечиваются активность и сознательность занимающихся на занятии. | Применяются разнообразные методы, но не во всех случаях рациональные | Свободно и правильно используется многообразие методов и методических приемов |
| 4 | Оказание помощи и страховки | Помощь и страховка почти не оказываются | Помощь оказывается эпизодически. Страховка превращается в постоянную опеку и затрудняет самостоятельное выполнение упражнения, страховка осуществляется неправильно, неэффективно | При оказании помощи, при страховке допускаются незначительные ошибки (например, помощь оказывается, не- смотря на то что занимающийся уже овладел упражнением, и т. п.) | Помощь оказывается правильно и своевременно. Тренер легко и уверенно владеет приемами оказания помощи и страховки, умеет быстро и точно остановить учащегося, вовремя подсказать момент главного усилия и т. п. Четко определяется, когда необходимо оказать помощь, а когда страховку. Правильно выбирается место для страховки с учетом характера выполняемого упражнения |
| 5 | Предупреждение, выявление и исправление ошибок | Ошибки не исправляются или исправляются неуверенно, с грубыми нарушениями. Не делается анализа ошибок, вместо устранения ошибки лишь констатируются | Устраняя ошибки, тренер нечетко реализует приемы, что снижает эффективность исправления ошибок | Используются разнообразные приемы устранения ошибок, но с некоторыми неточностями, затруднениями в классификации отдельных ошибок | Ошибки подмечаются и устраняются своевременно. Исправляются в первую очередь существенные, а затем незначительные; объясняются причины возникновения и способы устранения ошибок, индивидуальные ошибки устраняются по ходу упражнения, общие – с остановкой выполнения задания |
| 6 | Организация тренированного воздействия в процессе обучения | При низкой плотности занятия совершенно отсутствует дифференцирование нагрузки. Принципы последовательности и доступности не учитываются | Дозировка рассчитана на среднего занимающегося, слабо подготовленные занимающиеся ощущают перегрузку, хорошо подготовленным скучно на тренировке | Не всегда правильно осуществляется принцип постепенного наращивания нагрузки | На уроке широко используются соревновательный и игровой методы, круговая тренировка. Тренер внимательно следит за каждым занимающимся, обращая внимание на координацию движений и внешние признаки утомления. Дифференцированно подбираются подготовительные и подводящие упражнения. При высокой плотности тренировки умело используются паузы для отдыха |
| 7 | Внешний вид действия и поведение педагога | Тренер выступает в роли пассивного наблюдателя, отдает лишь команды для смены мест занятий и выполнения упражнений. Занимающихся не проявляют никакого интереса к ним, пассивны. Наблюдаются случаи недисциплинированности, которые тренер не устраняет | Тренер старается делать все сам, не используя помощников-учеников, недостаточно внимательно следит за выполнением строевых приемов, не требует четкости в выполнении физических упражнений, не активизирует класс. Тренировка проходит стандартно, скучно, что не вызывает к нему интереса у занимающихся. | Занятие проводится достаточно четко, с соблюдением всех требований. Но отмечаются затруднения в указаниях по ходу упражнений и в распределении внимания на всех занимающихся. | Педагог аккуратен, собран, хорошо подготовлен физически, уверенно владеет материалом урока, требователен, четко организует и проводит все части урока. Методически правильно руководит командирами групп (отделений) и постоянно оказывает им помощь. На тренировке поддерживается мажорный тон, что способствует проявлению со стороны занимающихся активности при овладении упражнениями |

**Приложение 8**

Комплекс упражнений на повышение уровня развития физических качеств

(качество по выбору студента) - 12 упражнений.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Решаемые задачи | Название  упражнения | Способы выполнения | Название применяемого метода | Нагрузка (количество повторений, интервалы отдыха) |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

1. При постановке педагогической задачи необходимо ориентироваться на дисциплину, нозологию, возраст, упражнение, оборудование и инвентарь.
2. Разработка должна выполняться отдельно по каждой разновид­ности физических качеств; при этом необходимо при­держиваться представленной формы.
3. . Осуществите постановку педагогической задачи и соответствующее планирование выполнения физических упражнений определенными методами.
4. При планировании интервалов отдыха между упражнениями необходимо учитывать решаемые задачи, возраст и нозологию занимающихся, специфику упражнений.

**Приложение 9**

Протокол

оценки физической подготовленности по дисциплине…………… НП1

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п.п | Физические качества | | | | | |
| быстрота | координация | выносливость | сила | силовая выносливость | скоростно-силовые |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

**Анализ результатов исследование (физической подготовленности, физического развития, функционального состояния)**

1. Количество участников диагностики (указать пол – мужской, женский)
2. Год проведения тестирования
3. Сред. показатели
4. Высокий уровень, количество в %
5. Средний, количество в %
6. Ниже среднего, количество в %
7. Низкий уровень, количество в %

Заполнить таблицы, отобразить в диаграммах.

1. Вывод.

**Приложение 10**

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение

«Колледж олимпийского резерва Пермского края»

**ДНЕВНИК производственной ПРАКТИКИ**

по ПМ.02. Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде адаптивного спорта.

Студента (ки) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(Ф.И.О.)

курса \_\_\_, группы \_\_\_\_\_, специальности 49.02.02. Адаптивная физическая культура

Место практики \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Начало практики \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ окончание практики \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

| **Дата** | **Содержание выполненной работы** | **Трудоемкость в часах** | **Отметка руководителя базы практики**  **(выполнено/ не выполнено)** |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Организационно-методическая конференция по практике, инструктаж по технике безопасности, охране труда и пожарной безопасности | 1 |  |
|  | Наблюдение, анализ тренировочного процесса | 6 |  |
|  | Выполнение роли помощника тренера в проведении тренировочного процесса (**3** тренировки) | 3 |  |
|  | Консультации с тренером | 18 |  |
|  | Проведение тренировки (**18**) | 18 |  |
|  | Самоанализ своей тренировки (**18** тренировочных занятий) | 18 |  |
|  | Составление конспектов, протоколов анализа, самоанализа, план микроциклов и мезоцикла | 54 | - |
|  | Систематизация и оформление собранного материала, составление отчета | 6 |  |
| 8. | Участие в итоговой конференции, защита отчетов | 2 |  |
|  | Х | **126** | Х |

Руководитель от учреждения

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Должность, подпись (ФИО)

**М.П.**

**Приложение 11**

**Характеристика профессиональной деятельности по производственной практике**

Студента (ки) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(Ф.И.О.)

курса \_\_\_, группы \_\_\_\_\_, специальности 49.02.02. Адаптивная физическая культура

За время прохождения учебной практики

в \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(наименование базы практики)

с \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ по\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_года у студента (ки) развивались и формировались следующие компетенции:

**1.** Общие компетенции, включающие в себя способность:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирующих

ОК 12. Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида адаптивного спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.

**2. Профессиональные компетенции, соответствующие виду профессиональной деятельности:** Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде адаптивного спорта:

ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.

ПК 2.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.

ПК 2.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде адаптивного спорта.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

ПК 2.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.

ПК 2.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию в избранном виде адаптивного спорта.

ПК 2.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.

ПК 2.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

Оценка за практику: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

« » \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_год

Руководитель от учреждения

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Должность, подпись (ФИО)

**М.П.**

**Приложение 12**

**Аттестационный лист по производственной практике**

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

(ФИО студента)

2. Место проведения практики, наименование, юридический адрес

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. Период прохождения практики \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

4. Показатели выполнения производственных заданий:

уровень теоретической подготовки \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

качество практической деятельности\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

#### трудовая дисциплина и соблюдение техники безопасности \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Выводы и предложения \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

5. Виды и объем работ, выполненные студентом во время практики:

|  |  |
| --- | --- |
| **Виды работ** | **Оценка (зачтено)** |
| Наблюдение и анализ тренировочного процесса |  |
| Выполнение роль помощника тренера в проведении тренировочного процесса |  |
| Проведение тренировочных занятий |  |
| Оформление документации |  |

Оценка за практику: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

« » \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_год

Руководитель от учреждения

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Должность, подпись (ФИО)

**М.П.**