

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
«Колледж олимпийского резерва Пермского края»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**УЧЕБНОЙ И ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ**

**ПМ.01 «Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и  
руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном  
виде спорта»**

программы подготовки специалистов среднего звена  
*по специальности* **49.02.01 Физическая культура**

Квалификация - «Педагог по физической культуре и спорту »

Пермь, 2015

УТВЕРЖДЕНО  
Учебно-методический совет

Протокол № 2  
3 октября 2016 г.  
Председатель УМС  
\_\_\_\_\_/ Е.А. Ефремова

РАССМОТРЕНО  
ПЦК спортивных дисциплин

Протокол № 17  
12 сентября 2016 г.  
Председатель ПЦК  
\_\_\_\_\_/ О.Н. Сулопарова

СОГЛАСОВАНО  
эксперт Федерального центра спортивной  
подготовки России, методист ГКАУ Центр  
спортивной подготовки Пермского края  
\_\_\_\_\_/Зиновьева Т.А.  
подпись представителя от работодателя  
\_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**Составитель:** Боженко А.А., преподаватель ГБПОУ «КОРПК»

**Эксперты:**

Техническая экспертиза: Гаманенко Н.П., преподаватель ГБПОУ «КОРПК»

Содержательная экспертиза: Гаманенко Н.П., преподаватель ГБПОУ «КОРПК»

Рабочая программа учебной и производственной практики разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01. *Физическая культура*, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ N 976 от 11.08.2014г.

Рабочая программа определяет цели, задачи, содержание практики, особенности организации, прохождения.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование разделов</b>	<b>стр.</b>
1	Паспорт рабочей программы учебной и производственной практик	4
1.1	Область применения программы	4
1.2	Цели и задачи практик, требования к результатам освоения учебной и производственной практик	4
1.3	Место проведения практик	5
1.4	Количество часов на освоение программы учебной и производственной практик	5
2	Результаты освоения рабочей программы учебной и производственной практики	5
3	Структура и содержание практик	6
3.1	Структура и содержание учебной практики	6
3.2	Структура и содержание производственной практики	6
4	Условия реализации программы учебной и производственной практик	7
4.1	Требования к минимальному материально-техническому обеспечению учебной и производственной практик	7
4.2	Информационное обеспечение практик	7
4.3	Общие требования к организации практики	9
5.	Контроль и оценка результатов освоения практики	9
5.1	Общие положения	9
5.2	Виды работ практики и проверяемые результаты обучения по практике	10
	Приложение 1. Дневник практики	17
	Лист изменений и дополнений	31

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРАКТИКИ

## 1.1 Область применения программы

Рабочая программа учебной и производственной практик является частью программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 49.02.01 Физическая культура углубленного уровня подготовки, разработанной в соответствии с ФГОС СПО.

Содержание рабочей программы учебной и производственной практик направлено на освоение вида профессиональной деятельности: «Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта».

Учебная практика направлена на приобретение обучающимися первоначального практического опыта для последующего освоения общих (ОК) и профессиональных компетенций (ПК) по данному виду профессиональной деятельности.

Производственная практика по профилю специальности направлена на формирование у обучающихся 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 спорта».

## 1.2 Цели и задачи практик, требования к результатам освоения

**Цель учебной и производственной практики** - формирование у обучающихся профессиональных компетенций по виду профессиональной деятельности: Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.

### Задачи практики:

#### 1. Получение практического опыта:

- анализа учебно-тематических планов и процесса учебно-тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию;
- определения цели и задач, планирования и проведения, учебно-тренировочных занятий;
- применения приемов страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений;
- проведения оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся избранным видом спорта;
- наблюдения, анализа и самоанализа учебно-тренировочных занятий, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;
- тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта;
- собственного спортивного совершенствования;
- ведения документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов;

#### 2. Формирование умений:

- использовать различные методы, приемы и формы организации учебно-тренировочных занятий и руководства соревновательной деятельностью спортсменов, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся;
- подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;
- использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств;
- применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности;
- устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися;

- проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях;
- оценивать процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности;
- использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт в избранном виде спорта при планировании и проведении учебно- тренировочных занятий и в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов;
- осуществлять судейство в избранном виде спорта при проведении соревнований различного уровня.

### 1.3 Место проведения практик

Учебная и производственная практика организуется и проводится в детско-юношеских спортивных школах и детско-юношеских спортивных школах олимпийского резерва на основании договоров с образовательными учреждениями.

### 1.4 Количество часов на освоение программы учебной и/или производственной практик.

Вид учебной деятельности	Объем часов
Учебная практика	18 часов
Производственная практика	198 часов
Итоговая аттестация в форме	Дифференцированный зачет

## 2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ И ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ

Результатом освоения программы учебной и/или производственной практики является овладение обучающимися видом профессиональной деятельности Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта, в том числе профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями:

Код	Наименование результата обучения
ПК 1.1.	Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия
ПК 1.2.	Проводить учебно-тренировочные занятия
ПК 1.3.	Руководить соревновательной деятельностью спортсменов
ПК 1.4.	Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях
ПК 1.5.	Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью
ПК 1.6.	Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию
ПК 1.7.	Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь
ПК 1.8.	Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов

В процессе освоения ПМ студенты должны овладеть общими компетенциями (ОК):

Код	Наименование результата обучения
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-коммуникативные 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 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 спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.

### 3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ

#### 3.1. Структура и содержание учебной практики

Содержание учебных работ (виды работ)	Объем часов	Форма отчета
Анализ сайта базы практики: - знакомство с администрацией, педагогическим коллективом, структурой управления учреждения; - изучение Устава учреждения, локальных актов.	3	Справка о базе практики
Изучение документов планирования и учета учебно-тренировочного процесса по избранному виду спорта. Составление конспекта УТЗ	6	4 конспекта УТЗ
Наблюдение и анализ учебно-тренировочных занятий по ИВС в прикрепленной группе	9	Листы наблюдений с педагогическим анализом УТЗ

#### 3.2. Структура и содержание производственной практики

Содержание производственных работ (виды работ)	Объем часов	Форма отчета
Инструктаж по ознакомлению с должностными инструкциями, правилами охраны труда	2	составление индивидуального плана работы
Знакомство с материально- технической базой. Оценка технического состояния оборудования и инвентаря.	2	
Изучение документов планирования и учета учебно-тренировочного процесса по ИВС	6	
Наблюдение и анализ учебно-тренировочных занятий по ИВС в прикрепленной группе	18	9 листов наблюдений с педагогическим анализом УТЗ
Проведение врачебно-педагогического контроля методом функциональных проб	18	оформление протоколов

Проведение учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера	18	9 листов наблюдений с педагогическим анализом УТЗ
Разработка планов-конспектов занятий	36	оценки планов-конспектов УТЗ
Проведение учебно-тренировочных занятий самостоятельно.	52	оценка проведения УТЗ;
Проведение контрольного учебно-тренировочного занятия	2	оценка и анализ контрольного УТЗ; наблюдение
Проведение спортивного отбора на этапах спортивной подготовки в ИВС	12	протоколы контрольных испытаний
Изучение и анализ документов планирования соревновательной деятельности в ИВС	6	план соревнований по ИВС на год
Руководство соревновательной деятельностью в ИВС.	12	протоколы контрольных испытаний; отчет о проведении соревнований
Участие в организации и судействе соревнований по ИВС	26	справка о судействе соревнований или судейская книжка
Оформление отчетной документации по практике	6	дневник практики, аттестационный лист и характеристика

#### **4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ И ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИК**

##### **4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Оборудование:

- типовой спортивный зал/площадка/трасса для занятий избранным видом спорта;
- рабочее место тренера-преподавателя: письменный стол, компьютерный стол с ПК, принтер, телевизор с USB;
- доска с освещением; информационные стенды;
- комплект учебно-методической документации; учебно-методическая и справочная литература.

Инструменты и приспособления обучающего практиканта:

- наличие соответствующей материально-технической базы на объектах проведения практики.

##### **4.2. Информационное обеспечение практик**

###### **Основные источники**

1. Теория и методика физической культуры/ под ред. Ю.Ф. Курамшина. – М.: Советский спорт, 2015.
2. Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - 12-е изд., испр. – М.: Академия, 2016.
3. Методические рекомендации по организации спортивной подготовки в Российской Федерации (утв. приказом Министерства спорта РФ от 12.05.2014 г.).
4. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 16.11.2007 № 329-ФЗ).

5. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ).

#### Дополнительные источники

1. Викулов А. Д. Плавание: учеб. пособие для вузов. – М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2004.
2. Водные виды спорта: Учебник для студ. высш. учеб. заведений/ Под ред Н.Ж. Булгаковой. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 320 с.
3. Волейбол: Учебник для вузов. / Под общ. Ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: ФК и С, 2012.
4. Вороваев В. В. И др. Краткий курс гимнастики: Учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2008.
5. Гавердовский Ю. К. Техника гимнастических упражнения: Учебное пособие. – М.: ТЕРРА-СПОРТ, 2012.
6. В. П., Фомин С. Г. Особенности отбора в баскетболе. – М.: Физическая культура и спорт, 2006.
7. Дронов В. Я. Физическая культура. Лыжная подготовка детей школьного возраста. Метод. Пособие. – М.: «Издательство НЦ ЭНАС», 2005.
8. Дубровина И.В. Психология: учебник для СПО. – М.: Академия, 2010.
9. Железняк Ю. Д., Кунявский В. А. Волейбол: Методическое пособие по обучению игре. – М.: Академия, 2014.
10. Жилкин А.И. Легкая атлетика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений /- 3- изд., стер. – М.: Академия, 2012.
11. Жуков М.Н. Подвижные игры: Учеб. для студ. пед. вузов. – 2-е изд. – М.: Академия, 2014.
12. Иссурин В.Б. Блоковая периодизация спортивной тренировки: монография - М.: Советский спорт, 2015.
13. Кильченко В. А. Система проведения турниров по волейболу и другим игровым видам спорта с участием различного количества команд: справочно-методическое руководство. – Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2001.
14. Клещев Ю. Н. Волейбол. Школа тренера. – М.: Физическая культура и спорт, 2006.
15. Кузнецов А. А. Футбол. Настольная книга детского тренера.– М.: Советский спорт, 2012.
16. Кунявский В. А. Волейбол. О судьях и судействе. – М.: СпортАкадемПресс, 2002.
17. Лазарев И.В. и др. Практикум по легкой атлетике: Учеб. пособие для студ. сред, пед. учеб. заведений / М.: Издательский центр «Академия», 2009.
18. Легкая атлетика в детском и подростковом возрасте: Практическое руководство для тренеров. / С.А. Локтев. – М.: Советский спорт, 2015.
19. Лыжный спорт: Учебник / Т.И. Раменская, А.Г. Баталов. М.:ФК и С, 2015.
20. Макаров Ю.В. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Подвижные игры: учебник для студен. высш. проф. образования. – М.: Академия, 2013.
21. Менхин Ю.В., Менхин А.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика. Учеб. для вузов. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: ФК и С, 2009.
22. Монаков Г. В. Подготовка футболиста: теория и практика. – М.: Советский спорт, 2015.
23. Нестеровский Д. И. Баскетбол. Теория и методика обучения. 2-е издание. – М.: Академа, 2015.
24. Панфилова А.П. Инновационные педагогические технологии: Активное обучение. – М.: Академия, 2011.
25. Панфилова А.П. Теория и практика общения: учебник для СПО. М.: Академия, 2012.
26. Петров П. В. Методика преподавания гимнастики в школе. – М.: ВЛАДОС, 2013.
27. Плавание: Учебник. / Под ред. Платонова В. Н. Киев: Олимпийская литература, 2014.
28. Подвижные игры. Практический материал: Учебное пособие для студентов вузов и ссузов физической культуры. – М.: ТВТ Дивизион, 2011.
29. Полунин А.И. Спортивно-оздоровительный бег. Рекомендации для тренирующихся самостоятельно. – М.: Советский спорт, 2014.
30. Попов В.Е. Система специальных упражнений в подготовке легкоатлетов. – М.: Олимпия Пресс, 2012.
31. Раменская Т. И. Юный лыжник. Учебно-популярная книга о многолетней подготовке



- лыжников-гонщиков. – М.: СпортАкадемПресс, 2014.
32. Семёнов А. Г., Прохорова М. В. Греко-римская борьба: Учебник. – М.: Олимпия Пресс, 2005.
  33. Сергеев Г.А. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Лыжный спорт: учебник для студен. высш. проф. образования. – М.: Академия, 2011.
  34. Слостенин В.А. Педагогика: учебник для СПО. – М.: Академия, 2010
  35. Смирнов А. А. Искусство и основные принципы смазки лыж. – М.: Физическая культура и спорт, 2016.
  36. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин и др.; Под ред. Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова. – М.: Академия, 2006.
  37. Тактико-технические характеристики поединка в спортивных единоборствах. – М.: Физическая культура и спорт, 2015.
  38. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / под ред. Е.С. Крючек, Р.Н. Терехиной. – М.: Академия, 2011.
  39. Теоретические аспекты техники и тактики спортивной борьбы / Под ред. В. В. Гожина и О. Б. Малкова. – М.: Физическая культура и спорт, 2015.
  40. Шаргаев А. Т. Мини-футбол (футзал). Судейство соревнований и правила игры: учебн.-метод. пособие. – М.: Советский спорт, 2009.

### Интернет-ресурсы

<http://dnevnik.ru-«Дневник.ру»>

<http://www.fizkult-ura.ru>

<http://ru.wikipedia.org/>

<http://dic.academic.ru/>

<http://www.tmmoscow.ru/>

<http://lib.sportedu.ru/press/>

#### 4.3. Общие требования к организации учебной и производственной практик

Прохождение учебной и производственной практик осуществляется в соответствии с учебным планом по специальности 49.02.01 Физическая культура и календарным графиком.

Прохождению учебной и производственной практики предшествует обязательное изучение учебных дисциплин «Теория и история физической культуры и спорта», а также МДК01.01 «Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов». Практика осуществляется на основе договоров между образовательным учреждением и организациями, в соответствии с которыми последние предоставляют места для прохождения практики.

Консультирование по выполнению заданий, контроль посещения мест производственной практики, проверка отчетов по итогам практики и выставление оценок осуществляется руководителем практики от ОУ.

В процессе прохождения учебной и производственной практики проводится контроль выполнения заданий со стороны руководителя практики, что подтверждается подписью в дневнике по прохождению практики. С этой целью каждым руководителем устанавливаются часы консультаций. График проведения консультаций доводится до сведения обучающихся на организационного собрания.

## 5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРАКТИКИ

### 5.1. Общие положения

Целью оценки по учебной и производственной практикам является оценка:  
- профессиональных и общих компетенций;

- практического опыта и умений.

Оценка по учебной и производственной практике выставляется на основании данных аттестационного листа и характеристики профессиональной деятельности обучающегося на практике с указанием видов работ, выполненных обучающимся во время практики, их объема, качества выполнения в соответствии с требованиями организации, в которой обучающийся проходил практику.

## 5.2. Виды работ практики и проверяемые результаты обучения по практике

### 5.2.1. Учебная практика

Виды работ учебной практики	Иметь практический опыт, уметь	Коды проверяемых компетенций (ПК, ОК)	Документ, подтверждающий качество выполнения работ
Анализ сайта базы практики		ОК 1, ОК 4, ОК 5, ОК 9, ОК 10, ОК 11	Справка о базе практики
Изучение документов планирования и учета учебно-тренировочного процесса по избранному виду спорта. Составление конспекта УТЗ	<p>Иметь практический опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализа учебно-тематических планов и процесса учебно-тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию;</li> <li>- определения цели и задач, планирования и проведения, учебно-тренировочных занятий.</li> </ul> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;</li> <li>- использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств.</li> </ul>	ПК 1.1, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.7, ПК 1.8 ОК 4, ОК 5	4 конспекта УТЗ
Наблюдение и анализ учебно-тренировочных занятий по ИВС в прикрепленной группе	<p>Иметь практический опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализа учебно-тематических планов и процесса учебно-тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию;</li> <li>- определения цели и</li> </ul>	ПК 1.1, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.7, ПК 1.8 ОК 4, ОК 5	Листы наблюдений с педагогическим анализом УТЗ

	<p>задач, планирования и проведения, учебно-тренировочных занятий.</p> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;</li> <li>- использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств;</li> <li>- проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях;</li> <li>- оценивать процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности.</li> </ul>		
--	---	--	--

### 5.2.2. Производственная практика

Виды работ производственной практики	Иметь практический опыт, уметь	Коды проверяемых компетенций (ПК, ОК)	Документ, подтверждающий качество выполнения работ
Инструктаж по ознакомлению с должностными инструкциями, правилами охраны труда	Уметь: применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности	ПК 1.1, ПК 1.7, ПК 1.8 ОК 10, ОК 11	Справка с места работы для студентов, работающих по специальности. Дневник практики, аттестационный лист
Знакомство с материально-технической базой. Оценка технического состояния оборудования и инвентаря.	Уметь: - подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся.	ПК 1.7, ОК 3, ОК 4, ОК 10	Справка с места работы для студентов, работающих по специальности. Дневник практики, аттестационный лист
Изучение документов планирования и учета	Иметь практический опыт:	ПК 1.1, ПК 1.8, ОК 4, ОК 9	Справка с места работы для студентов, работающих по

<p>учебно-тренировочного процесса по ИВС</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- анализа учебно-тематических планов и процесса учебно-тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию;</li> <li>- определения цели и задач, планирования и проведения, учебно-тренировочных занятий.</li> </ul> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;</li> <li>- использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств.</li> </ul>		<p>специальности. Дневник практики, аттестационный лист, характеристика</p>
<p>Наблюдение и анализ учебно-тренировочных занятий по ИВС в прикрепленной группе</p>	<p>Иметь практический опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдения, анализа и самоанализа учебно-тренировочных занятий, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализа учебно-тематических планов и процесса учебно-тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию;</li> <li>- определения цели и задач, планирования и проведения, учебно-тренировочных занятий.</li> </ul>	<p>ПК 1.1, ПК 1.5, ПК 1.8, ОК 4, ОК 9</p>	<p>Справка с места работы для студентов, работающих по специальности Дневник практики, аттестационный лист, характеристика</p>

	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;</li> <li>- использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств;</li> <li>- проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях;</li> <li>- оценивать процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности.</li> </ul>		
Проведение врачебно-педагогического контроля методом функциональных проб	<p>Иметь практический опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся избранным видом спорта</li> </ul> <p>Уметь: проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях</p>	ПК 1.5, ПК 1.8, ОК 9, ОК 10	Справка с места работы для студентов, работающих по специальности Дневник практики, аттестационный лист, характеристика
Проведение учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера	<p>Иметь практический опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определения цели и задач, планирования и проведения, учебно-тренировочных занятий;</li> <li>- применения приемов страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений;</li> <li>- проведения оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся избранным видом спорта;</li> </ul>	ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.7, ПК 1.8, ОК 1-12	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдения, анализа и самоанализа учебно-тренировочных занятий, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;</li> <li>- тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта;</li> <li>- собственного спортивного совершенствования.</li> </ul>		
Разработка планов-конспектов занятий	<p>Иметь практический опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализа и учебно-тематических планов и процесса учебно-тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию;</li> <li>- наблюдения, анализа и самоанализа учебно-тренировочных занятий, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;</li> <li>- ведения документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.</li> </ul>	ПК 1.1, ПК 1.4, ПК 1.5, ПК 1.7, ПК 1.8, ОК 1-12	Справка с места работы для студентов, работающих по специальности Дневник практики, аттестационный лист, характеристика
Проведение учебно-	Иметь практический	ПК 1.1, ПК 1.2, ПК	Справка с места работы для

<p>тренировочных занятий самостоятельно. Проведение контрольного учебно-тренировочного занятия</p>	<p>опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определения цели и задач, планирования и проведения, учебно-тренировочных занятий;</li> <li>- применения приемов страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений;</li> <li>- проведения оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся избранным видом спорта;</li> <li>- наблюдения, анализа и самоанализа учебно-тренировочных занятий, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;</li> <li>- тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта;</li> <li>- собственного спортивного совершенствования.</li> </ul>	<p>1.4, ПК 1.5, ПК 1.7, ПК 1.8, ОК 1-12</p>	<p>студентов, работающих по специальности Дневник практики, аттестационный лист, характеристика</p>
<p>Проведение спортивного отбора на этапах спортивной подготовки в ИВС</p>	<p>Иметь практический опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся избранным видом спорта</li> </ul>	<p>ПК 1.6, ПК 1.4, ОК 1-12</p>	<p>Справка с места работы для студентов, работающих по специальности Дневник практики, аттестационный лист, характеристика</p>
<p>Изучение и анализ документов планирования соревновательной деятельности в ИВС</p>	<p>Иметь практический опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализа и учебно-тематических планов и процесса учебно-тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию;</li> </ul>	<p>ПК 1.3, ПК 1.6, ПК 1.4, ОК 1-12</p>	<p>Справка с места работы для студентов, работающих по специальности Дневник практики, аттестационный лист, характеристика</p>

Руководство соревновательной деятельностью в ИВС	Иметь практический опыт: - проведения оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся избранным видом спорта.	ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.7, ОК 1-12	Справка с места работы для студентов, работающих по специальности Дневник практики, аттестационный лист, характеристика
Участие в организации и судействе соревнований по ИВС	Уметь: осуществлять судейство в избранном виде спорта при проведении соревнований различного уровня.	ПК 1.3, ПК 1.8, ОК 1-12	Справка с места работы для студентов, работающих по специальности Дневник практики, аттестационный лист, характеристика
Оформление отчетной документации по практике	Иметь практический опыт: ведения документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.	ПК 1.8, ОК 2, ОК 5	Справка с места работы для студентов, работающих по специальности Дневник практики, аттестационный лист, характеристика



ГБПОУ «Колледж олимпийского резерва Пермского края»

# Дневник

## производственной практики «Пробные тренировки»

Студента \_\_\_\_\_

Курса \_\_\_\_\_ Группы № \_\_\_\_\_

Специальность 49.02.01 «Физическая культура»

Период педагогической практики \_\_\_\_\_ г.

Пермь, 2017

**План-задание  
для студентов специальности «Физическая культура»  
на производственную практику**

№ п/п	Вид деятельности	Объем времени в неделю, ч						
		1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя	6 неделя	7 неделя
<b>Аудиторная работа</b>								
1.	Наблюдение тренировочных занятий	5ч	6ч	6ч	5ч	6ч	6ч	5ч
2.	Проведение тренировочных занятий	12ч	12ч	12ч	12ч	12ч	12ч	12ч
3.	Изучение детского коллектива (проведение диагностик, опросов; наблюдение)	1ч			1ч			1ч
<b>Самостоятельная работа (в спортивной школе)</b>								
4.	Составление индивидуального календарного плана прохождения практики	1ч	1ч	1ч	1ч	1ч	1ч	1ч
5.	Составление характеристики базы практики	1ч			1ч			1ч
6.	Разработка планов тренировочных занятий	6ч	6ч	6ч	6ч	6ч	6ч	6ч
7.	Помощь в ведении документации	2ч	2ч	2ч	2ч	2ч	2ч	2ч
8.	Составление мониторинговых карт по результатам общей физической подготовки и специальной физической подготовки	2ч	2ч	2ч	2ч	2ч	2ч	2ч
9.	Участие в работе тренерского совета, методического объединения	1ч	1ч	1ч	1ч	1ч	1ч	1ч
10.	Проведение анализов и самоанализов тренировочных занятий	4ч	5ч	5ч	4ч	5ч	5ч	4ч
11.	Составление отчета о практике	1ч	1ч	1ч	1ч	1ч	1ч	1ч
	<b>Итого</b>	<b>36ч</b>	<b>36ч</b>	<b>36ч</b>	<b>36ч</b>	<b>36ч</b>	<b>36ч</b>	<b>36ч</b>

**Отчетная документация по практике:**

1. Индивидуальный план работы практиканта.
2. Характеристика базы практики.
3. Расписание тренировочных занятий.
4. Конспекты тренировочных занятий с самоанализом.

*Каждый конспект должен быть оценен тренером-методистом.*

5. 6 анализов наблюдаемых тренировочных занятий.
6. Психолого-педагогическая характеристика группы.
7. Методические материалы, разработанные студентом в период прохождения практики (по желанию).
8. Фотоотчет (по желанию).
9. Аттестационный лист, заверенная печатью учреждения.
10. Характеристика, заверенная печатью учреждения.
11. Общий вывод (самоанализ) по итогам прохождения практики, впечатления, перспективы дальнейшего профессионального роста.

## Характеристика базы практики

за 20\_\_ - 20\_\_ уч. год.

ОУ \_\_\_\_\_  
полное название учреждения

1. Наличие лицензии на право ведения образовательной деятельности. Перечень образовательных программ. Наличие свидетельства о государственной аккредитации.
2. Краткая история ОУ.
3. Кадры: укомплектованность, категорийность.
4. Наличие общественных органов управления: перечислить органы, обозначить их функции.
5. Платные образовательные услуги
7. Наличие сайта: информативность и соответствие ФЗ «Об образовании в РФ»
8. Связи с другими организациями
9. Дополнительная информация:

Зав. учебной частью \_\_\_\_\_

Старший тренер \_\_\_\_\_

Количество групп:

начальной подготовки \_\_\_\_\_

учебно-тренировочных \_\_\_\_\_

спортивного совершенствования \_\_\_\_\_

Материально-технические условия: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Спортивный зал \_\_\_\_\_

Спортивный инвентарь и оборудование \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Спортивные достижения \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## Индивидуальный план прохождения практики

даты	<b>Виды работ</b>	Кол- во часов
	Первая неделя практики	
понедельник		
вторник		
среда		
четверг		
пятница		
суббота		
даты	Вторая неделя практики	Кол- во часов

понедельник		
вторник		
среда		
четверг		
пятница		
суббота		

**Расписание\* учебно-тренировочных занятий в закрепленных группах**

	1	2	3	4	5	6	7
--	---	---	---	---	---	---	---

Понедельник							
Вторник							
Среда							
Четверг							
Пятница							
Суббота							

*\* В случае отсутствия стабильного расписания необходимо предоставить расписание на каждую неделю*

**Конспект учебно-тренировочного занятия**

для занимающихся \_\_\_\_\_ (указать группу)

Тема \_\_\_\_\_

Цель: \_\_\_\_\_

Задачи:

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

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

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

Место проведения: \_\_\_\_\_

Время проведения: \_\_\_\_\_

Инвентарь: \_\_\_\_\_

Части УТЗ	Содержание	Дозир овка	Организационно- методические указания
1	2	3	4

Конспект проверил: \_\_\_\_\_



## ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ГРУППЫ

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

Количество занимающихся \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_

Этап спортивной подготовки \_\_\_\_\_ Разряд \_\_\_\_\_

Тренер \_\_\_\_\_

- 1. Общие сведения о группе** (состав, дисциплинированность, неполные, неблагополучные семьи).
- 2. Организационная структура группы** (лидеры, их краткая характеристика (инициативность, авторитетность, требовательность к себе, распределение функций). Характеристика отношений в группе, показатели сплоченности, эмоционального единства).
- 3. Спортивные достижения группы** (участие в соревнованиях, уровень спортивных достижений, уровень физической, технической, тактической и волевой подготовленности, основные недостатки в подготовленности, состояние здоровья, уровень физического развития и другие данные по усмотрению тренера)
- 4. Направленность группы как коллектива** (отрицательные и положительные проявления в тренировочном процессе. Общий уровень развития, интересы, кругозор. Отношения группы с тренером. Авторитет тренера).

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

Дата \_\_\_\_\_ Подпись руководителя \_\_\_\_\_

### Схема анализа/самоанализа учебно-тренировочного занятия

- 1. Подготовка к занятию.** Санитарно-гигиеническое состояние места занятий, снарядах, инвентаря. Наличие инвентаря в соответствии с количеством учащихся. Готовность занимающихся к занятию, их одежда, обувь.
- 2. Проведение учебно-тренировочного занятия.** Начало УТЗ: приход занимающихся, их готовность к занятию, эстетика внешнего вида, организованность при построении, сдача рапорта. Четкость постановки задач. Подбор упражнений и методических приемов в процессе обучения и мобилизации внимания учащихся в подготовительной части занятия. Соответствует ли содержание УТЗ поставленным задачам. Объяснение и качество показа упражнений. Правильность применения терминологии. Умение регулировать нагрузку. Взаимосвязь подготовительной части с основной. Реализация основных педагогических принципов обучения. Использование разнообразных методов организации учащихся. Применение методических приемов для активизации деятельности занимающихся. Педагогический контроль. Заключительная часть УТЗ (соответствие упражнений ее задачам). Подведение итогов, оценка деятельности учащихся на занятии. Домашнее задание (что оригинального внес студент в его содержание). Уход занимающихся с занятия (организованный или нет).
- 3. Поведение занимающихся.** Отношение учащихся друг к другу на занятии. Внимание учащихся, заинтересованность, прилежание, дисциплина. Работа помощников. Оценка коллектива (дружный или нет). Поведение на занятии, отношение к педагогу.

4. Поведение практиканта. Как он владеет аудиторией, умеет ли организовать ее для работы, вызвать интерес, активность и какими приемами он этого достигает. Педагогический такт, тон, умение управлять группой. Командный голос, внешний вид, культура речи, показа. Пользуется ли авторитетом у занимающихся.
5. Результаты занятия. Выполнение поставленных задач. Качество знаний и умений, полученных на занятии. Воспитательная, образовательная и оздоровительные стороны занятия.
6. Выводы и предложения. Положительные и отрицательные стороны занятия. Предложения по усовершенствованию положительных сторон занятия и ликвидации отрицательных моментов. Общая оценка.

**ПРОТОКОЛ**  
**измерения частоты сердечных сокращений**  
**во время тренировочного занятия**

Группа \_\_\_\_\_ Дата проведения \_\_\_\_\_ Тренер \_\_\_\_\_

Задачи занятия:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

В занятии участвовало \_\_\_\_\_ человек

Сведения о наблюдаемом: \_\_\_\_\_

(фамилия, имя, возраст, квалификация)

Пульс наблюдаемого в покое \_\_\_\_\_ ударов в минуту

№	Виды деятельности наблюдаемого	Время измерения ЧСС	ЧСС за 10 сек	ЧСС за 1 мин
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				

Пульс наблюдаемого через 10-15 минут после окончания занятия \_\_\_\_\_

**ДИНАМИКА**  
**частоты сердечных сокращений во время тренировочного занятия**

**ЧСС**

190																				
180																				
170																				
160																				
150																				
140																				
130																				
120																				
110																				
100																				
90																				
80																				
70																				

Пульс  
в покое

ми

**АНАЛИЗ ДИНАМИКИ НАГРУЗКИ**  
**на протяжении тренировочного занятия по показателям ЧСС**

Оздоровительная и развивающая значимость полученной нагрузки. Соответствие полученной нагрузки возрастным особенностям и подготовленности обучающихся, адекватность ее конкретным задачам тренировки. Причины отклонений от задач. Педагогические приемы и методы регулирования нагрузки. Контроль за нагрузкой по объективным и внешним признакам. Вывод о качестве тренировочного занятия с точки зрения полученной нагрузки и ее динамике, предложения по совершенствованию и коррекции занятия.

*Подпись практиканта* \_\_\_\_\_ *Дата* \_\_\_\_\_

*Оценка* \_\_\_\_\_ *Подпись руководителя* \_\_\_\_\_ *Дата* \_\_\_\_\_

## Аттестационный лист

1. ФИО студента \_\_\_\_\_

2. Место проведения практики (организация), наименование, юридический адрес \_\_\_\_\_

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

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

Профессиональные компетенции	Виды работ	Уровень овладения (высокий, средний, низкий)
Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.	Составление конспектов учебно-тренировочных занятий	
Проводить учебно-тренировочные занятия.	Проведение учебно-тренировочных занятий	
Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.	Составление индивидуального плана спортсмена	
Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.	Осуществление педагогического контроля во время учебно-тренировочного занятия Выбор оптимальных средств и методов обучения	
Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.	Анализ и самоанализ проведенных учебно-тренировочных занятий	
Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.	Владение формами спортивного отбора. Проведение бесед с родителями. Проведение спортивных мероприятий с привлечением родителей	
Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий	Подбор спортивного инвентаря, оценка эксплуатационных возможностей	

физической культурой и спортом.		
Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.	Ведение документации (журнал, тематическое планирование и т.д.). Оформление отчетной документации, выступление на методических объединениях	

Дата

Подпись методиста

Рекомендуемая оценка за практику \_\_\_\_\_

Директор \_\_\_\_\_

(подпись)

« » \_\_\_\_\_ 20 год

**ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ, ВНЕСЕННЫХ  
В РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ**

№ изменения, дата внесения изменения; № страницы с изменением;	
<b>БЫЛО</b>	<b>СТАЛО</b>
Основание:	
Подпись лица внесшего изменения	

**Боженко Александра Алексеевна**

**ГБПОУ «Колледж олимпийского резерва Пермского края»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ПО УЧЕБНОЙ И ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКЕ  
ПМ.01.«Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и  
руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном  
виде спорта»**

*программы подготовки специалистов среднего звена  
по специальности*

*49.02.01 Физическая культура*