Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Кислова Наталья Николаевна
Должность: Проректор по УМР и качеству образования
Дата подписания: 21.02.2023 11:02:00
Уникальный программный ключ:
52802513f5b14a975b3e9b13008093d5726b159bf6064f865ae65b96a966c035

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«Самарский государственный социально-педагогический университет»

Кафедра физического воспитания и спорта

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УМР и КО,
председатель УМС СГСПУ
_____Кислова Н.Н.

МОДУЛЬ «МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЙ»

Производственная практика (тренерская практика)

программа практики

Закреплена за кафедрой **Физического воспитания и спорта**

Учебный план ФФКС-б22Фз(4г6м)
Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль): «Спортивная тренировка в избранном виде спорта»

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **заочная**

Общая трудоемкость **12 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 432
в том числе:
аудиторные занятия 63.6

Виды контроля в семестрах:
зачеты с оценкой 9

Распределение часов практики по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	**9 (5.1)**		Итого	
Недель	6,2			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Конференции	4	4	4	4
Консультации	10.6	10.6	10.6	10.6
Индивидуальная работа	364.4	364.4	364.4	364.4
Консультации в профильной организации	49	49	49	49
Итого ауд.	63.6	63.6	63.6	63.6
Контактная работа	432	432	432	432
Часы на контроль	4	4	4	4
Итого	432	432	432	432

Программу составил(и):

Сычева Любовь Николаевна

При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения практики, по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья программа практики

Программа практики

Производственная практика (тренерская практика)

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриата) (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017г. №940)

составлена на основании учебного плана:

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль): «Спортивная тренировка в избранном виде спорта»

утвержденного Учёным советом СГСПУ от 24.09.2021 протокол № 1.

Программа одобрена на заседании кафедры

Физического воспитания и спорта

Протокол от 27.08.2021 г. № 1
Переутверждена на основании решения ученого совета СГСПУ
Протокол заседания Ученого совета СГСПУ от 31.08.2022 г. №1

Зав. кафедрой Воеводина Т.М

Начальник УОП

_____ Н.А. Доманина

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРАКТИКИ. ВИД, ТИП ПРАКТИКИ, СПОСОБЫ И ФОРМЫ ЕЕ ПРОВЕДЕНИЯ

Цель практики: закрепление и углубление теоретической подготовки обучающегося, приобретение им практических навыков, формирование профессиональных умений обучающихся по организации учебно-тренировочного процесса, а также опыта самостоятельной профессиональной деятельности.

Задачи практики:

- способствовать формированию личности обучающихся в процессе занятий избранным видом спорта, ее приобщению к общечеловеческим ценностям, здоровому образу жизни, моральным принципам честной спортивной конкуренции;
- проводить отбор для занятий избранным видом спорта с использованием современных технологий определения способности к занятиям тем или иным видом спорта;
- осуществлять планирование тренировочного процесса с установкой на достижение высоких спортивных результатов;
- Психология физической культуры и спорта подбирать адекватные поставленным задачам средства и методы тренировки, определять величину нагрузок, адекватную возможностям индивида с установкой на достижение спортивного результата;
- осуществлять управление тренировочным процессом на основе контроля функционального состояния, достигнутого уровня техники двигательных действий и работоспособности обучающихся и внесения соответствующих корректив в тренировочный процесс;

Область профессиональной деятельности: 05 Физическая культура и спорт
Вид практики: производственная
Тип практики: тренерская практика
Способ проведения: Стационарная
Форма проведения: Дискретная

2. МЕСТО ПРАКТИКИ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:	Б2.О

Практика является обязательным разделом ОПОП ВО по направлению подготовки и представляет собой вид учебной работы, непосредственно ориентированный на профессионально-практическую подготовку обучающихся.
Практика базируется на разделах ОПОП ВО: «Характеристика профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу», «Требования к результатам освоения программы», «Требования к структуре программы».
В структуре ОПОП ВО по направлению подготовки практика завершает изучение таких дисциплин (практик) учебного плана, как:
Теория и методика физической культуры и спорта, Психология физической культуры и спорта, Психофизиология, Основы медицинских знаний, Физиология спорта, Теория и методика легкой атлетики, Теория и методика гимнастики, Теория и методика плавания, Теория и методика подвижных игр, Теория и методика мини – футбола, Теория и методика баскетбола, Теория и методика волейбола, Туризм и спортивное ориентирование, Восточные и зарубежные виды единоборств, Основы стрелкового спорта, Общеразвивающие виды гимнастики, Прикладные виды гимнастики, Учебная практика (ознакомительная практика),
Учебная практика по теории и методике избранного вида спорта, Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта, Профессионально-спортивное совершенствование, Теория и методика избранного вида спорта,
Учебная практика по технологиям спортивной тренировки в избранном виде спорта,
Учебная практика по профессионально-спортивному совершенствованию в избранном виде спорта,
Производственная практика (педагогическая практика)

Практика является основой для эффективного освоения следующих дисциплин (практик) учебного плана:

Учебная практика по технологиям спортивной тренировки в избранном виде спорта, Производственная практика (преддипломная практика)

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ПРОХОЖДЕНИЯ ПРАКТИКИ
ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста
ОПК-1.2. Умеет планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологических характеристик нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.
Умеет: планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта;
ОПК-1.3. Имеет опыт применения знаний и умений при планировании занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологических характеристик нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.
Имеет опыт: планирования содержания учебно-тренировочных занятий по избранному виду спорта с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.
ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий
ОПК-2.2. Умеет использовать антропометрические, физические и психические особенности занимающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта
Умеет: подбирать методы для определения анатомо-физиологических показателей физического развития человека; интерпретировать результаты тестирования в избранном виде спорта.
ОПК-2.3. Имеет опыт применения различных методик при прогнозировании спортивной ориентации в избранном виде спорта
Имеет опыт: проведения антропометрических измерений для оценки физического развития; проведения оценки функционального состояния человека; применения методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся и группы (команды) в сфере физической культуры и спорта.
ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке
ОПК-3.2. Умеет применять методы при проведении занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке.
Умеет: использовать средства гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для избранного вида спорта).
ОПК-4. Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта
ОПК-4.2. Умеет выбирать и применять эффективные методы и средства при проведении тренировочных занятий в избранном виде спорта
Умеет; организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений избранного вида спорта; контролировать и оценивать работу занимающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств избранного вида спорта, определять их причины; использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по избранному виду спорта; применять методы организации деятельности занимающихся на занятиях по избранному виду спорта с учетом материально-технических возможностей организации, возрастных особенностей занимающихся; использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по избранному виду спорта в зависимости от поставленных задач.
ОПК-4.3.Имеет опыт применения методов и средств при проведении тренировочных занятий и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта
Имеет опыт: подготовки материалов для проведения беседы, теоретического занятия по избранному виду спорта; проведения учебно-тренировочных занятий по избранному виду спорта по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося.
ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь
ОПК-7.2. Умеет соблюдать общие требования по соблюдению техники безопасности, применять меры по профилактике травматизма и оказывать первую доврачебную помощь
Умеет:разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря.
ОПК-7.3. Имеет опыт проведения мероприятий по соблюдению техники безопасности при проведении тренировочных занятий, применения методик спортивного массажа и оказания первой доврачебной помощи
Имеет опыт:

обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по избранному виду спорта.
ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся

ОПК-9.2. Умеет подбирать основные методы измерения физического развития, технической, физической подготовленности и психического состояния занимающихся
Умеет: проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса; пользоваться контрольно-измерительными приборами.
ОПК-9.3.Имеет опыт применения основных методов измерения физического развития, технической, физической подготовленности и психического состояния занимающихся.
Имеет опыт: применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта;

проведения тестирования подготовленности занимающихся избранного вида спорта.
ОПК-13. Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта
ОПК-13.3. Имеют опыт проведения и судейства соревнований по избранному виду спорта
Имеет опыт: подготовки положения о соревновании; участия в организации спортивных соревнований по избранному виду спорта.
ОПК-14. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса
ОПК-14.2. Умеет осуществлять анализ и планирование методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов
Умеет: анализировать проведенные занятия по избранному виду спорта для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности.
ОПК-14.3. Имеет опыт проведения анализа и разработки методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов
Имеет опыт: проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств избранного вида спорта; разработки методического обеспечения тренировочного процесса.
ОПК-15. Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий
ОПК-15.2. Умеет проверять и использовать материально-техническое оснащение для проведения занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий
Умеет: использовать инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях избранного вида спорта.
ОПК-15.3.Имеет опыт подбора и комплектования материально-технического оснащения занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий в соответствии с требованиями техники безопасности
Имеет опыт: проведения разъяснительной беседы по бережному отношению к имуществу, правилам по ведения на спортивном сооружении, правилам использования оборудования и инвентаря.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ			
Код занятия	**Наименование разделов и тем /вид занятия/**	**Семестр**	**Часов**
	Раздел 1. Подготовительный этап		
1.1	Участие в установочной конференции /Конференции/	9	2
1.2	Участие в установочной конференции /Конс/	9	13
	Раздел 2. Рабочий этап		
2.1	Консультации в профильной организации /КПО/	9	49
2.1	Индивидуальная работа/И/	9	183
2.2	Ознакомление с базой ДЮСШ (СДЮШОР): спортивные и административные сооружения, специальное оборудование и инвентарь, методический и медицинский кабинет, восстановительный центр/И/	9	20
2.3	Изучение организации, планирование и учет учебно-тренировочной работы (годовой план учебно-тренировочной и воспитательной работы в спортивной школе, план проведения спортивных соревнований)/И/	9	20
2.4	Составление индивидуального плана работы на практику/И/	9	16
2.5	Изучение и анализ методики проведения учебно-тренировочного процесса лучшими тренерами спортивной школы/И/	9	20
2.6	Просмотр и наблюдение учебно – тренировочных занятий в прикрепленной группе/И/	9	30
2.7	Разработка конспектов учебно-тренировочного занятия/И/	9	40
2.8	Задание по физиологии спорта/И/	9	30
2.9	Задание по психологии спорта/И/	9	30
2.10	Самостоятельное проведение учебно-тренировочных занятий с закрепленными группами (до 5 занятий в неделю)/И/	9	60
2.11	Организация и проведение соревнований/И/	9	25
2.12	Педагогическое наблюдение учебно-тренировочного занятия	9	13
	Раздел 3. Контрольно-рефлексивный этап	9	
3.1	Индивидуальная работа /И/	9	66
3.2	Оформление документов/И/	9	30
3.3	Подготовка дневника по производственной практики /И/	9	20
3.4	Подготовка отчета о проведении практики/И/	9	10
3.5	Подготовка презентации о прохождении производственной практики/И/	9	6
	Раздел 4. Заключительный этап	9	
4.1	Участие в итоговой конференции /Конференции/	9	2
4.2	Участие в итоговой конференции /Конс/	9	2
	Зачет с оценкой /ЗачётСОц/	9	4

5. ОРГАНИЗАЦИЯ ПРАКТИКИ. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Место проведения практики

СШОР, СДЮСШОР

5.2. Период проведения практики

Производственная практика (тренерская практика) проводится в 9 семестре в соответствии с графиком учебного процесса.

5.3.Информационные технологии

При реализации программы практики используются следующие информационные технологии: мультимедиа-технологии, интернет-технологии, кейс-технологии, дистанционно-образовательные технологии.

5.4. Фонд оценочных средств

Балльно-рейтинговая карта практики оформлена как приложение к программе практики.
Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по практике оформлен как приложение к программе практики.

6. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ И РЕСУРСОВ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы,	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Мельникова Ю.А., Мухина М.П.	Планирование физкультурного образования в общеобразовательных организациях: учебно-методическое пособие. URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=336080	Омск : Сибирский государственный университет физической

			культуры и спорта, 2014. – 152 с.
Л1.2	Губанова Н.Ф., Кислица Н.Т. и др.	Учебная и производственная (педагогическая) практики студентов государственного университета по специальности «Физическая культура» : учебно-методическое пособиеURL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271957	Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, 2010. – 80 с.
Л1.3	Солодков, А. С	Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учебник: http://www.iprbookshop.ru/74306.html	Москва : Издательство «Спорт», 2018.
6.1.2. Дополнительная литература			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Минникаева, Н.В.	Теория и методика физической культуры: избранные лекции URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481577	Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2016. – 144 с.
Л2.2	И. Чучалина, М.Г. Калугина	Производственная практика студентов специальности «Физическая культура и спорт» и направления «Физическая культура» заочной формы обучения : учебное пособие / А.И. Чучалина, М.Г. Калугина ; URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277150	Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2009. – 67 с.
Л2.3	Махов С.Ю	Управление спортивной тренировкой в избранном виде спорта : дополнительная профессиональная: http://www.iprbookshop.ru/73257.html	Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2017

6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	Национальный открытый университет "Интуит" https://www.intuit.ru/
Э2	Образовательный портал https://www.interneturok.ru/
Э3	Образовательная платформа https://www.coursera.org/
Э4	Открытая онлайн-платформа "Университет в кармане" https://www.moyuniver.ru/
Э5	Академический образовательный проект https://www.lektorium.tv/

6.3 Перечень программного обеспечения

- Acrobat Reader DC
- Dr.Web Desktop Security Suite, Dr.Web Server Security Suite
- GIMP
- Microsoft Office 365 Pro Plus - subscription license (12 month) (Пакет программ Word, Excel, Access, PowerPoint, Outlook, OneNote, Publisher, Teams, OneDrive, Yammer, Stream, SharePoint Online).
- Microsoft Windows 10 Education
- XnView
- Архиватор 7-Zip

6.4 Перечень информационных справочных систем, профессиональных баз данных

- ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
- ЭБС «IPR BOOKS»
- Базы данных Springer eBooks

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРАКТИКИ

Реализация программы практики осуществляется на базе организаций, обладающих необходимым кадровым и научно-техническим потенциалом с использованием материально-технической базы, соответствующей действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам, а также требованиям техники безопасности при проведении научно- производственных работ. Для проведения практики необходим компьютер с выходом в Интернет. Обучающимся должна быть обеспечена возможность доступа к информации, необходимой для выполнения задания по практике и написанию отчета.

Балльно-рейтинговая карта «Производственная практика (тренерская практика)»

Курс 5 Семестр 9

Текущий контроль							
Раздел (этап) практики	Вид учебной работы	Перечень или пример задания	Образовательные результаты	Критерии	Количество баллов		
					Критерий выполнен полностью	Критерий выполнен частично	Критерий не выполнен
Подготовительный этап		Участие в установочной конференции					
	Написание и оформление учебно-тренировочных конспектов в соответствии с планом тренировочного процесса	Составить конспект учебно-тренировочного занятия	Умеет: планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; (ОПК-1.2) Имеет опыт: планирования содержания учебно-тренировочных занятий по избранному виду спорта с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий. (ОПК-1.3)	Представлены в оценочном листе № 1	3,5-12	0,5-3	0
	Написание и оформление положения о соревновании Проведение соревнования.	Разработать положение и провести соревнование по избранному виду спорта	Имеет опыт: подготовки положения о соревновании; участия в организации спортивных соревнований по избранному виду спорта. (ОПК-13.3) Имеет опыт применения методов и средств при проведении тренировочных занятий и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта. (ОПК-4.3.); Умеет: использовать инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях избранного вида спорта. (ОПК-15.2)	Представлены в оценочном листе № 2	7-13	0,5-6,5	0
			Умеет:	Представлены в оценочном	14,5-21	1-14	

Рабочий этап	Проведение учебно-тренировочных занятий, включая контрольный урок) в соответствии с разделом планирования	Провести не менее 12 учебно-тренировочных занятий, включая контрольный урок, в закрепленной группе в соответствии с разделом планирования.	использовать средства гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для избранного вида спорта). (ОПК-3.2) Умеет; организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений избранного вида спорта; контролировать и оценивать работу занимающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств избранного вида спорта, определять их причины; использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по избранному виду спорта; применять методы организации деятельности занимающихся на занятиях по избранному виду спорта с учетом материально-технических возможностей организации, возрастных особенностей занимающихся; использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по избранному виду спорта в зависимости от поставленных задач. (ОПК-4.2) Умеет: использовать инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях избранного вида спорта. (ОПК-15.2)	листе № 3			
	Проведение педагогического анализа и написание	Педагогического	Умеет: анализировать проведенные занятия по избранному виду спорта для установления соответствия	Представлены в оценочном	4,5-8	0,5-4	

	характеристик и применяемым средствам, методам, формам организации, физической нагрузке на основании результатов педагогическо го анализа.	наблюдение и анализа практического занятия	содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности. (ОПК-14.2) Имеет опыт: проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств избранного вида спорта; (ОПК-14.3)	листе № 4			
	Составление комплексной программы оценки личности спортсмена, включающую диагностику важнейших психологичес ких характеристик , и провести диагностику нервных процессов, тревоги, мотивации спортсменов, оценку их предстартовы х состояний (по схеме).	Составить комплексную программу оценки личности спортсмена, включающую диагностику важнейших психологических характеристик, и провести диагностику нервных процессов, тревоги, мотивации спортсменов, оценку их предстартовых состояний (по схеме).	Умеет: проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса; пользоваться контрольно-измерительными приборами. (ОПК-9.2) Имеет опыт: применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; проведения тестирования подготовленности занимающихся избранного вида спорта. (ОПК-9.3)	Представлены в оценочном листе № 5	14,5-21	1-14	
	Составление физиологичес кой кривой учебно –тренировочн ого занятия	Составить физиологическую кривую занятия	ОПК-2.2. Умеет: подбирать методы для определения анатомо-физиологических показателей физического развития человека; интерпретировать результаты тестирования в избранном виде	Представлены в оценочном листе № 6	5,5-10	0,5-5	0

			спорта. ОПК-2.3. Имеет опыт: проведения антропометрических измерений для оценки физического развития; проведения оценки функционального состояния человек применения методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся и группы (команды) в сфере физической культуры и спорта. ОПК-7.2. Умеет: разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря. ОПК-7.3. Имеет опыт: обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по избранному виду спорта.				
Контрольно-рефлексивный этап		Подготовка отчета о проведении практики Подготовка презентации о прохождении производственной практики		Представлены в оценочном листе № 7	10,5-15	1-10	0
Заключительный этап		Участие в итоговой конференции					
Промежуточная аттестация	Зачет с оценкой						

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Самарский государственный социально-педагогический университет»
Кафедра физического воспитания и спорта

Сычева Любовь Николаевна

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения промежуточной аттестации по практике
«Производственная практика (тренерская практика)»

Направление подготовки:
49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль): «Спортивная тренировка в избранном виде спорта»

Квалификация выпускника
бакалавр

Самара 2021

Пояснительная записка

Фонд оценочных средств (далее – ФОС) для промежуточной аттестации по практике «Производственная практика (тренерская практика)» разработан в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура. Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 сентября 2017 г. № 940, основной профессиональной образовательной программой по направлению подготовки: 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль): «Спортивная тренировка в избранном виде спорта», с учетом требований: профессионального стандарта «05.003 Тренер», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 7 апреля 2014 г. № 193н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 10 июля 2014 г., регистрационный № 33035), с изменениями, внесенными приказом Министерством труда и социальной защиты Российской Федерации от 12 декабря 2016 г. № 727н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 13 января 2017 г., регистрационный № 45230); профессионального стандарта «01.003 Педагог дополнительного образования детей и взрослых», приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации №652-н от 22.09.2021 г. (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 17 декабря 2021г., регистрационный №66403)

Цель ФОС для промежуточной аттестации – установление уровня сформированности компетенции

ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста

ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий

ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке

ОПК-4. Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся

ОПК-13. Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта

ОПК-14. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса

ОПК-15. Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий

(Задачи ФОС для промежуточной аттестации - контроль качества и уровня достижения результатов обучения по формируемым в соответствии с учебным планом компетенциям:

ОПК-1.2.Умеет планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологических характеристик нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста

Умеет:

планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта;

ОПК-1.3. Имеет опыт применения знаний и умений при планировании занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологических характеристик нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.

Имеет опыт:

планирования содержания учебно-тренировочных занятий по избранному виду спорта с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.

ОПК-2.2. Умеет использовать антропометрические, физические и психические особенности занимающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта

Умеет:

подбирать методы для определения анатомо-физиологических показателей физического развития человека;

интерпретировать результаты тестирования в избранном виде спорта.

ОПК-2.3. Имеет опыт применения различных методик при прогнозировании спортивной ориентации в избранном виде спорта

Имеет опыт:

проведения антропометрических измерений для оценки физического развития;

проведения оценки функционального состояния человек

применения методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся и группы (команды) в сфере физической культуры и спорта.

ОПК-3.2. Умеет применять методы при проведении занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке

Умеет:

использовать средства гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для избранного вида спорта).

ОПК-4.2. Умеет выбирать и применять эффективные методы и средства при проведении тренировочных занятий в избранном виде спорта

Умеет;

организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений избранного вида спорта;
контролировать и оценивать работу занимающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств избранного вида спорта, определять их причины;
использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по избранному виду спорта;
применять методы организации деятельности занимающихся на занятиях по избранному виду спорта с учетом материально-технических возможностей организации, возрастных особенностей занимающихся;
использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по избранному виду спорта в зависимости от поставленных задач.
ОПК-4.3. Имеет опыт применения методов и средств при проведении тренировочных занятий и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта
ОПК-7.2. Умеет соблюдать общие требования по соблюдению техники безопасности, применять меры по профилактике травматизма и оказывать первую доврачебную помощь
Умеет: разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря;
поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий
выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря.
ОПК-7.3. Имеет опыт проведения мероприятий по соблюдению техники безопасности при проведении тренировочных занятий, применения методик спортивного массажа и оказания первой доврачебной помощи
Имеет опыт:
обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по избранному виду спорта.
ОПК-9.2. Умеет подбирать основные методы измерения физического развития, технической, физической подготовленности и психического состояния занимающихся
Умеет:
проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена;
использовать методы оценки волевых качеств спортсмена;
подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса; пользоваться контрольно-измерительными приборами
ОПК-9.3. Имеет опыт применения основных методов измерения физического развития, технической, физической подготовленности и психического состояния занимающихся
Имеет опыт:
применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта;
проведения тестирования подготовленности занимающихся избранного вида спорта.
ОПК-13.3. Имеют опыт проведения и судейства соревнований по избранному виду спорта
Имеет опыт:
подготовки положения о соревновании;
участия в организации спортивных соревнований по избранному виду спорта.
ОПК-14.2. Умеет осуществлять анализ и планирование методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов
Умеет:
анализировать проведенные занятия по избранному виду спорта для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности.
ОПК-14.3. Имеет опыт проведения анализа и разработки методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов
Имеет опыт:
проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств избранного вида спорта;
разработки методического обеспечения тренировочного процесса.
ОПК-15.2. Умеет проверять и использовать материально-техническое оснащение для проведения занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий
Умеет:
использовать инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях избранного вида спорта.

Требование к процедуре оценки: особых требований нет
Помещение: особых требований нет
Оборудование: особых требований нет
Инструменты: особых требований нет
Расходные материалы: не предусмотрены
Доступ к дополнительным справочным материалам: не предусмотрены
Нормы времени:

Проверяемая (ые) компетенция (и) (из ОПОП ВО):
перечислить с кодами и наименованиями

ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста

Проверяемый индикатор достижения компетенции:

перечислить с кодами и наименованиями

ОПК-1.2. Умеет планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологических характеристик нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста

ОПК-1.3. Имеет опыт применения знаний и умений при планировании занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологических характеристик нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраст

Проверяемый (ые) результат (ы) обучения:

перечислить тот (те), на который ориентировано задание

Умеет:

планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта;

Имеет опыт:

планирования содержания учебно-тренировочных занятий по избранному виду спорта с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.

Тип (форма) задания: Задание практического характера

Пример типовых заданий (оценочные материалы): Составить конспект учебно-тренировочного занятия (тема по выбору, в соответствии с разделом программы)

Оценочный лист к типовому заданию (модельный ответ):

Оценочный лист (характеристика) к заданию № 1

Задание № 1:

Составить конспект учебно-тренировочного занятия (тема по выбору, в соответствии с разделом программы).

Критерии	Оценивание		
	Соответствует в полном объеме (2 балл)	Соответствует частично (0,5 балл)	Не соответствует (0 баллов)
Структура конспекта учебно-тренировочного занятия содержит тему урока, раздел программы, задачам занятия, сведения о категории занимающихся, инвентаре и месте проведения занятия, включает три части – подготовительную, основную, заключительную, отражающие содержание занятия, дозировку нагрузки, организационные и методические указания.			
Задачи конспекта сформулированы грамотно, соответствуют теме занятия и разделу программы, возрасту обучающихся.			
Упражнения и задания, представленные в каждом разделе конспекта отвечают задачам разделу программы, части занятия, возрастным и гендерным особенностям занимающихся, уровню их подготовленности.			
Дозировка нагрузки, время выполнения упражнений, количество повторений упражнений соответствует возрастным и гендерным особенностям обучающихся, уровню их подготовленности.			
Организационно-методические указания, представленные в конспекте занятия, соответствуют частям, содержанию занятия и способам организации обучающихся выбранным формам, методам, приемам и технологиям физического воспитания.			
Оформление конспекта учебно-тренировочного занятия в соответствии требованиям: – формат, в котором выполняются задания: лист 4 А, 14 шрифт, 1,5 интервала, поля слева – 3, справа – 1,5 снизу и сверху – 2, – без орфографических и пунктуационных ошибок			
Итого	12	3	
Общее количество баллов по второму заданию:(переносится в БРК)			

_____/_____

подпись группового руководителя расшифровка

Методические материалы, определяющие процедуру и критерии оценивания сформированности компетенций при проведении промежуточной аттестации

Каждый обучающийся сам выбирает тему и письменно оформляет конспект в течение 30-40 минут. В конспекте должна быть поставлена цель и не менее 3 задач. Занятие должно быть разбит на три части, все упражнения должны соответствовать выбранной теме и возрасту занимающихся. Написаны по терминологии, с соответствующей дозировкой, с использование дополнительного инвентаря. Даны методические и организационные указания к упражнениям. В конспекте прописываются все требования по технике безопасного выполнения упражнений, профилактики травматизма и соблюдением санитарно-гигиенических норм.

По окончании выполнения задания каждый из обучающихся представляет свой вариант конспекта на проверку. После этого проходит процедура предзащиты своего конспекта.

Во время предзащиты обучающийся отвечает на вопросы эксперта и обучающихся, обосновывает (отстаивает любой пункт конспекта, аргументируя их с позиции теории, методики и технологии обучения).

Задание №1. Составить конспект урока физической культуры (тема по выбору, в соответствии с разделом учебной программы)

Конспект учебно-тренировочного занятия

по _____ для _____ группы

Дата проведения_____

Задачи:

1. _____

2. _____

3. _____

Место проведения: _____

Инвентарь и оборудование: _____

Части занятия	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
1	2	3	4
Подготовительная часть			
Основная часть			
Заключительная часть			

Проверяемая (ые) компетенция (и) (из ОПОП ВО):

ОПК-4. Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

ОПК-13. Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта

ОПК-15.Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий

Проверяемый индикатор достижения компетенции:

ОПК-4.3.Имеет опыт применения методов и средств при проведении тренировочных занятий и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

ОПК-13.3. Имеют опыт проведения и судейства соревнований по избранному виду спорта

ОПК-15.2. Умеет проверять и использовать материально-техническое оснащение для проведения занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий

Проверяемый (ые) результат (ы) обучения:

Имеет опыт применения методов и средств при проведении тренировочных занятий и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта.
Имеет опыт:
подготовки положения о соревновании;
участия в организации спортивных соревнований по избранному виду спорта
Умеет:
использовать инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях избранного вида спорта

Тип (форма) задания:

Пример типовых заданий (оценочные материалы): Разработать положение и провести соревнование по избранному виду спорта.

Оценочный лист к типовому заданию (модельный ответ):

Оценочный лист (характеристика) к заданию №2

Задание № 2:

Разработать положение и провести соревнование по избранному виду спорта.

Критерии	Оценивание		
	Соответствует в полном объеме (1 балл)	Соответствует частично (0,5 баллов)	Не соответствует (0 баллов)
Положение о проведении соревнования			
Представленные в положении цель и задачи сформулированы правильно, соответствуют возрастным и гендерным особенностям участников, содержанию, времени и условиям проведения соревнования.			
Программа проведения соревнования четко структурирована, включает краткое описание каждого этапа.			
Содержание этапов соревнования, представлено в логической последовательности, не противоречит принципам физического воспитания			
Порядок судейства и определения победителей в соревновании в целом позволяет единогласно трактовать основные требования правил, исключая возможные разногласия между участниками, организаторами и судейской коллегией			
Оформление положения о соревновании, программы и протокола соответствует требованиям: – формат, в котором выполняется задание: лист 4 А, 14 шрифт, 1,5 интервала, поля слева – 3, справа – 1,5 снизу и сверху – 2, – без орфографических и пунктуационных ошибок			
Проведение соревнования			
Для проведения соревнования подготовлены место проведения, необходимый инвентарь, оборудование и протоколы судейства.			
На всех этапах подготовки и проведения соревнования обучающийся умело координирует действия организаторов и участников мероприятия, взаимодействует с педагогическими работниками и администрацией образовательного учреждения			
На всех этапах подготовки и проведения соревнования поддерживает интерес и активность участников			
Соревнование проведено в соответствии с положением и программой			
Соревнование проведено с соблюдением правил техники безопасности			
Во время проведения соревнования правильно подобраны способы организации участников			
По итогам соревнования объективно, в соответствии с правилами судейства, определены победители и призеры.			
При проведении соревнования обучающийся демонстрирует культуру речи, артистизм, педагогический такт, этику, владение терминологией.			
Итого	13	6,5	
Общее количество баллов по второму заданию:(переносится в БРК)			

Методические материалы, определяющие процедуру и критерии оценивания сформированности компетенций при проведении промежуточной аттестации.

При проведении промежуточной аттестации обучающийся должен прописать алгоритм проведения мероприятия в соответствии с утвержденными планами спортивных мероприятий, положениями о проведении соревнований, спортивно-технологическими условиями, программами, правилами, регламентами и требованиями по обеспечению безопасности участников и зрителей.

Обучающийся должен прописать, что необходимодля проведения соревнований:

1. Разработать положение о соревнованиях,
2. Составить и утвердить смету расходов и подготовить приказ о проведении;
3. Создать и утвердить оргкомитет во главе с руководителем проводящей организации по месту проведения мероприятия;
4. Решить вопрос о назначении главного судьи и главного секретаря соревнований;
5. Оргкомитету поручить составить план мероприятий по подготовке и проведению соревнований с указанием вида работ, сроков их выполнения и ответственных за выполнение.

Обучающийся разрабатывает сценарий (положении), в котором должно быть отражено:

1. Характер спортивно-массового мероприятия;
2. Цели и задачи;
3. Участвующие организации и участники (пол, возраст, классификация);
4. Организация, на которую возлагается проведение соревнований;
5. Место и время проведения соревнований;
6. Система и способ проведения;
7. Продолжительность поединков;
8. Условия участия и зачёта;
9. Система оценки результатов технических действий и поединков;
10. Состав судейской коллегии;
11. Порядок и сроки подачи заявок, перечень документов, представляемых на мандатную комиссию;
12. Условия приёма участников и команд;
13. Порядок медицинского контроля и медико-санитарного обеспечения;
14. Программа мероприятия с точным указанием дней и времени начала соревнований;
15. Порядок определения и награждения победителей личного и командного первенства.
16. В положение прописывается правила и требования по обеспечению безопасности участников и зрителей, обеспечение мер противопожарной безопасности спортивного сооружения, меры профилактики травматизма и соблюдения санитарно-гигиенических норм.

Проверяемая (ые) компетенция (и) (из ОПОП ВО):

ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке

ОПК-4. Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

ОПК-15. Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий

Проверяемый индикатор достижения компетенции:

ОПК-3.2. Умеет применять методы при проведении занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке

ОПК-4.2. Умеет выбирать и применять эффективные методы и средства при проведении тренировочных занятий в избранном виде спорта

ОПК-15.2. Умеет проверять и использовать материально-техническое оснащение для проведения занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий

Проверяемый (ые) результат (ы) обучения:

Умеет:

использовать средства гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для избранного вида спорта).

Умеет;

организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений избранного вида спорта;

контролировать и оценивать работу занимающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств избранного вида спорта, определять их причины;

использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по избранному виду спорта;

применять методы организации деятельности занимающихся на занятиях по избранному виду спорта с учетом материально-технических возможностей организации, возрастных особенностей занимающихся;

использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по избранному виду спорта в зависимости от поставленных задач.

Умеет:

использовать инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях избранного вида спорта.

Тип (форма) задания: Задание практического характера

Пример типовых заданий (оценочные материалы): Провести не менее 12 учебно-тренировочных занятий, включая контрольное занятие, в закрепленной группе в соответствии с разделом планирования.

Оценочный лист к типовому заданию (модельный ответ):

Оценочный лист (характеристика) к заданию № 3
(Оценка проведения контрольного занятия)

Задание № 3:
Провести не менее 12 учебно-тренировочных занятий, включая контрольное занятие, в закрепленной группе в соответствии с разделом планирования.

Критерии	Оценивание		
	Соответствует в полном объеме (1,5 балл)	Соответствует частично (1 балл)	Не соответствует (0 баллов)
Выбранные средства и методы обучения (наглядные, словесные, практические) соответствуют этапам обучения двигательному действию.			
Соответствует возрастным и индивидуальным особенностям занимающихся.			
При проведении учебно-тренировочного занятия обучающийся демонстрирует культуру речи, педагогический такт, этику, владение терминологией.			
Организует тренировочный процесс в соответствии с их возрастными и гендерными особенностями.			
Умеет взаимодействовать с занимающимися в конкретной педагогической ситуации			
Своевременно выявляет допущенные ошибки и применяет средства и методы для их исправления			
Организует занятия с соблюдением требований техники безопасности			
Предварительно готовит и применяет спортивное оборудование и инвентарь в соответствии с содержанием и частями тренировочного занятия			
Использует различные формы организации занимающихся (индивидуальные, групповые) в соответствии с задачами тренировочного процесса			
Дозирует физическую нагрузку (количество и характер упражнений количество подходов, характер и продолжительность отдыха) в соответствии с задачами тренировочного процесса и возможностями тренирующихся.			
Применяет различные способы повышения активности и заинтересованности тренирующихся в процессе тренировок (игровой, соревновательный методы и т.д.)			
Во время проведения учебно-тренировочного занятия умело создает благоприятный эмоционально- психологический климат, предупреждает конфликтные ситуации, а в случае их возникновения решает их			
При проведении учебно-тренировочного занятия обучающийся демонстрирует знание материала, уверенность, готовность к решению профессиональных задач			
21Поддерживает дисциплину и организованность занимающихся в процессе тренировки.			
	21	14	
Общее количество баллов по заданию: (переносится в БРК)			

_____/_____
подпись тренера расшифровка подписи

_____/_____
подпись директора расшифровка подписи

М.П.

Методические материалы, определяющие процедуру и критерии оценивания сформированности компетенций при проведении промежуточной аттестации.

При проведении процедуры оценивания сформированности компетенций каждый обучающийся. При проведении показ всех упражнений четкий, правильный, и в зеркальном выполнении; при проведение определенной части занятия сохраняется общая и моторная плотность, необходимая для решения поставленных задач; практикант при проведении не заглядывая в конспект; в процессе проведения обучающийся исправляет ошибки занимающихся; не делает ошибок в терминологии; четко и своевременно подаются визуальные и голосовые команды, при необходимости ведется четкий и своевременный подсчет..

Проверяемая (ые) компетенция (и) (из ОПОП ВО):
ОПК-14. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса

Проверяемый индикатор достижения компетенции:
ОПК-14.2. Умеет осуществлять анализ и планирование методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов
ОПК-14.3. Имеет опыт проведения анализа и разработки методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов

Проверяемый (ые) результат (ы) обучения:
Умеет:
анализировать проведенные занятия по избранному виду спорта для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности.
Имеет опыт:
проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств избранного вида спорта;
разработки методического обеспечения тренировочного процесса.

Тип (форма) задания: Задание практического характера
Пример типовых заданий (оценочные материалы): Провести педагогическое наблюдение учебно-тренировочного занятия и дать характеристику деятельности тренера в процессе организации и проведении занятия на основании результатов наблюдения.
Оценочный лист к типовому заданию (модельный ответ):

Оценочный лист (характеристика) к заданию № 4.

Задание № 4:
Провести педагогическое наблюдение учебно-тренировочного занятия и дать характеристику деятельности тренера в процессе организации и проведении занятия на основании результатов наблюдения.

Критерии	Оценивание		
	Соответствует в полном объеме (1 балл)	Соответствует частично (0,5 баллов)	Не соответствует (0 баллов)
В протоколе наблюдения использование терминологии и команд, наличие командного голоса отражены верно, отражено соответствие внешнего вида тренера требованиям			
В протоколе наблюдения верно представлены тренером формы контроля и методы оценивания действий обучающихся			
В протоколе наблюдения соответствие применяемых тренером средств и методов спортивной тренировки, задачам, частям занятия и возрастным, гендерным особенностям занимающихся описано верно			
В протоколе наблюдения методы спортивной тренировки, применяемых тренером для решения задач спортивной тренировки сформулированы верно.			
В протоколе наблюдения формы организации, применяемые тренером для решения поставленных задач описаны верно, соответствуют особенностям занимающихся			
В протоколе наблюдения верно отражены действия тренера по соблюдению техники безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий.			
В протоколе наблюдения верно отражены действия педагога по регулированию параметров нагрузки и отдыха занимающихся с учетом уровня подготовленности в процессе учебно-тренировочного занятия.			
В заключении протокола наблюдения верно дана характеристика деятельности тренера, оценка решения поставленных задач, положительные стороны в работе			

тренера и недостатки в подготовке и проведении занятий			
Оформление протокола наблюдения соответствии требованиям: – формат, в котором выполняются задания: лист 4 А, 14 шрифт, 1,5 интервала, поля слева – 3, справа – 1,5 снизу и сверху – 2, – без орфографических и пунктуационных ошибок			
Общее количество баллов по заданию:(переносится в БРК)	8	4	0

_____/_____
подпись группового руководителя расшифровка подписи

Методические материалы, определяющие процедуру и критерии оценивания сформированности компетенций при проведении промежуточной аттестации

В педагогическом анализе должны раскрыть все пункты проведения занятия, отвечая на вопросы, представленные ниже.

Общие сведения – тип занятия, контингент, место занятий, преподаватель.

Рациональное использование форм, методов, приёмов обучения, направленных на эффективное достижение учебных целей занятия.

Наличие контакта преподавателя с обучающимися, создание обстановки доброжелательности и требовательности.

Использование на занятиях методов обучения, технологий развития личности обучающегося.

Осуществление преемственности между темами, видами занятий, в отборе учебного материала.

Система получения обратной связи (опрос, тестирование и проч.).

Методически обоснованное применение демонстрационного и раздаточного материала.

Педагогическая техника преподавателя.

Общие выводы об эффективности занятия.

1. Наличие конспекта занятий в соответствии его планированию учебного материала. Полнота разработки указанных документов.

2. Подготовленность места занятия (санитарно-гигиеническое состояние, наличие и качество используемого спортивного инвентаря и оборудования, устойчивость и крепление снарядов и др.).

3. Внешний вид преподавателя (чистота и опрятность спортивной формы, подтянутость, выправка и т.п.).

4. Организованность начала занятий (его своевременность, рапорт дежурного, учет отсутствующих и др.).

5. Умение тренера правильно:

- поставить задачи занятия;
- выбрать место (в различных моментах занятия) и держаться перед группой с надлежащей выправкой;
- подавать команды в распоряжения (по существу, а также по интонации);
- использовать на занятии строевые упражнения как одно из средств для быстрого и удобного размещения занимающихся в зале, на площадке, привития навыков коллективных действий, развития чувства темпа и ритма движения;
- пользоваться установочной терминологией при применении строевых и общеразвивающих упражнений;
- показывать упражнение в целом и по частям в нужном темпе и удобном для наблюдения положении;
- пользоваться зеркальным показом;
- кратко и доходчиво, но на достаточно научном уровне объяснять технику упражнений;
- ставить конкретные задачи перед каждой попыткой выполнения упражнений;
- определять причины ошибок и устранять их (в том числе с помощью вспомогательных средств и подводящих упражнений);
- осуществлять индивидуальный подход в процессе обучения и тренировки;
- оценивать действия группы в целом и каждого обучающегося в отдельности;
- регулировать физиологическую нагрузку и добиваться высокой плотности занятий;
- применять меры педагогического воздействия (поощрения, убеждения и др.)

6. Поведение тренера на занятии (живое, энергичное, пассивное и т.п.).

7. Речь преподавателя (его громкость, тон, литературная правильность и др.).

8. Обращение тренера занимающимися (корректность, вежливость, простота, умеренная шутливость и др.).

9. Степень требовательности к обучающимся (их внешнему виду, соблюдению порядка и дисциплины на занятии, качеству выполнения упражнений и др.).

10. Эмоциональная насыщенность занятия (живость, бодрость, общий подъем, жизнерадостность занимающихся и др.).

11. Отношение обучающегося к занятиям (их дисциплина, внимательность, активность, заинтересованность и др.).

12. Степень разрешения поставленных перед занятием задач (полностью, не полностью, частично и др.).

13. Общее заключение о проведенном занятии и предложения по его улучшению (организации, методике проведения, педагогическому мастерству тренера и пр.).

Протокол
педагогического анализа занятия

Ф.И.О. _____
Занятие проводилось с группой:_____
Специализация: _____
Занятие проводилось на базе: _____
Дата проведения занятия: _____
Задачи занятия:
1._____
2._____
3._____
Организация занятия: _____
_____
_____
_____
Содержание занятия: _________

_____
_____
_____

Замечания: _____
_____
_____

Студент _____ _____

Тренер _____ _____

Проверяемая (ые) компетенция (и) (из ОПОП ВО):

ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся

Проверяемый индикатор достижения компетенции:

ОПК-9.2. Умеет подбирать основные методы измерения физического развития, технической, физической подготовленности и психического состояния занимающихся

ОПК-9.3. Имеет опыт применения основных методов измерения физического развития, технической, физической подготовленности и психического состояния занимающихся.

Проверяемый (ые) результат (ы) обучения:

Умеет: проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса; пользоваться контрольно-измерительными приборами.

Имеет опыт: применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; проведения тестирования подготовленности занимающихся избранного вида спорта.

Тип (форма) задания: Задание практического характера

Пример типовых заданий (оценочные материалы): Составьте комплексную программу оценки личности спортсмена, включающую диагностику важнейших психологических характеристик, и проведите диагностику нервных процессов, тревоги, мотивации спортсменов, оценку их предстартовых состояний (по схеме).

Оценочный лист к типовому заданию (модельный ответ):

Оценочный лист (характеристика) к заданию № 5.

Задание № 5:

Критерии	Оценивание		
	Соответствует в полном объеме (1,5)	Соответствует частично (1)	Не соответствует (0)
1. В протоколе обследования представлены основные данные участников спортивной группы			
2. В протоколе обследования результаты методики нервных процессов спортсменов оформлены, обработаны и представлены верно			
3. Результаты оценки нервных процессов спортсменов графически оформлены верно			
4. В протоколе обследования ситуативной мотивации баллы оформлены, обработаны и проанализированы верно			
5. В протоколе обследования ситуативной тревоги баллы оформлены, обработаны и проанализированы верно			
6. Графический анализ актуального психического состояния спортсменов проведен и оформлен верно			
7. В протоколе измерения вегетативного баланса верно представлены исходные данные, результаты их обработки и анализа			
8. В протоколе измерения психомоторного контроля верно представлены исходные данные, результаты их обработки и анализа			
9. В психологическом анализе предстартовых состояний описаны ведущие признаки, грамотно сформулированы выводы			
10. В итоговом заключении представлены результаты обследования с оценкой оптимальности по трем градациям уровня состояния: оптимальный, гипотонус, гипертонус. По индивидуальным результатам рассчитаная средняя арифметическая по группе			
11. В психолого-педагогической характеристике рекомендации для учителей по индивидуальной работе с обучающимся содержат разработаны верно (указана адресная помощь обучающемуся)			
12. В психолого-педагогической характеристике рекомендации для родителей обучающегося по семейному воспитанию разработаны верно (указана адресная помощь обучающемуся)			
13. По итогам психологической диагностики спортсменов рекомендации для тренера разработаны верно (указана адресная помощь спортсменам)			
14. Наличие правильно оформленного задания: – формат, в котором выполняются задания: лист 4 А, 14 шрифт, 1,5 интервала, поля слева – 3, справа – 1,5 снизу и сверху – 2, – без орфографических и пунктуационных ошибок			
Итого:	21	14	
Общее количество баллов: (переносится в БРК)			

Методические материалы, определяющие процедуру и критерии оценивания сформированности компетенций при проведении промежуточной аттестации

Составьте комплексную программу оценки личности спортсмена, включающую диагностику важнейших психологических характеристик, и проведите диагностику нервных процессов, тревоги, мотивации спортсменов, оценку их предстартовых состояний (по схеме).

1. Общие данные участников спортивной группы:

- Вид спорта.
- Ф.И.О. спортсмена.
- Пол.
- Возраст.
- Стаж занятий данным видом спорта.
- Спортивный разряд (звание).
- Спортивные достижения (участие в чемпионатах, первенствах и т.п.)

2. Комплексный анализ психического состояния личности спортсменов с различными индивидуально-типологическими свойствами нервной системы (включает ряд заданий):

Задание 1. Определить тип нервной системы (теппинг-тест (Е.П. Ильин)).

Инструкция: «По сигналу «Начали» испытуемый начинает проставлять точки в первом квадрате. В течение 5 сек. необходимо поставить как можно больше точек. По команде «Следующий квадрат» осуществляется переход с одного квадрата на другой, не прерывая работы и только по направлению часовой стрелки. Все время работа осуществляется в максимальном темпе. По истечении 5 сек. работы в 6-ом квадрате подается команда «Стоп». Общее время теста – 30 сек.

1	2	3
6	5	4

Обработка результатов включает следующие процедуры:

1) Подсчитать количество точек в каждом квадрате.

2) Построить график работоспособности, для чего отложить на оси абсцисс 5-секундные промежутки времени, а на оси ординат – количество точек в каждом квадрате.

Результаты и их интерпретация.

Сила нервных процессов является показателем работоспособности нервных клеток и нервной системы в целом. Сильная нервная система выдерживает большую по величине и длительности нагрузку, чем слабая. Полученные в результате варианты динамики максимального темпа могут быть условно разделены на пять типов:

- выпуклый тип: темп нарастает до максимального в первые 10-15 сек. работы; в последующем, к 25-30 сек., он может снизиться ниже исходного уровня (т.е. наблюдавшегося в первые 5 сек. работы). Этот тип кривой свидетельствует о сильной нервной системы;
- ровный тип: максимальный темп удерживается примерно на одном уровне в течение всего времени работы. Этот тип кривой является показателем нервной системы средней силы;
- нисходящий тип: максимальный темп снижается уже со второго 5-секундного отрезка и остается на сниженном уровне в течение всей работы. Этот тип кривой свидетельствует о слабости нервной системы;
- промежуточный тип: темп работы снижается после первых 10-15 сек. Этот тип расценивается как промежуточный между средней и слабой силой нервной системы – средне-слабая нервная система;
- вогнутый тип: первоначальное снижение максимального темпа сменяется затем кратковременным возрастанием темпа до исходного уровня. Вследствие способности к кратковременной мобилизации такой тип относится к средне-слабой нервной системе.

Задание 2. Определить особенности индивидуального состояния, на трех уровнях: психическом, вегетативном, психомоторном

Методики: шкала ситуативной мотивации; шкала реактивной тревоги; измерение ЧСС; дозированный теппинг-тест.

Шкала ситуативной мотивации

(испытуемый выполняет самостоятельно)

БЛАНК

Шкала ситуативной мотивации

Ф.И.О._спортсмена_____

*Инструкция:*Прочитайте внимательно каждое предложение и зачеркните соответствующую цифру справа в зависимости от того, ЧТО ВЫ ПЕРЕЖИВАЕТЕ В ДАННЫЙ МОМЕНТ. Над вопросами долго не задумывайтесь, поскольку правильных или неправильных ответов нет.

	Нет, это не совсем так	Пожалуй так	Верно	Совершенно верно
1. Я доволен ходом тренировочного процесса.	1	2	3	4
2. В методике тренировки я хочу кое-что изменить.	1	2	3	4
3. Я надеюсь на успех в этом сезоне.	1	2	3	4
4. В тренировке я во всем активен.	1	2	3	4
5. Я думаю, что мои замечания вряд ли что изменят	1	2	3	4
6.Я верю, что методика моей тренировки верна.	1	2	3	4
7. Меня мало волнует происходящее на тренировке	1	2	3	4

Обработка результатов. Посчитать количество баллов. При этом вопросы 1, 3, 4, 6 оцениваются в соответствии зачеркнутому номеру ответа (т.е. если цифра 1 – оценивается в 1 балл, цифра 2 – 2 балла и т.д.), а вопросы 2, 5, 7 оцениваются наоборот: цифра 1 – в 4 балла, цифры 2, 3, 4 – соответственно 3, 2, 1 балл.

Анализ результатов. Общий показатель в шкале может находиться в пределах от 7 (полное отсутствие побуждений в тренировочной деятельности) до 28 (чрезвычайно выраженный уровень мотивации).

Оптимальным является уровень в 20-22 балла.

Шкала самооценки тревоги

(испытуемый выполняет самостоятельно на бланке)

Обработка результатов. Общий итоговый показатель является суммой баллов соответствующих зачеркнутой цифре в четырехмерной шкале оценки каждого суждения. При этом вопросы 1, 3, 4 оцениваются в следующем соответствии: цифра 1– в 4 балла, 2–в 3 балла, 3– в 2 балла, 4– в 1 балл.Вопросы 2 и 5 оцениваются прямо: 1-ый – в 1 балл, 2-ой – в 2 балла, 3-ий –в 3 балла, 4-ый – в 4 балла.

Анализ результатов. Общий показатель может находиться в пределах от 5 (низкая тревога) до 20 баллов (высокая тревога, стресс), оптимальным является показатель в 8-10 баллов.

БЛАНК

Шкала самооценки тревоги

Ф.И.О._спортсмена_____

Инструкция: Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже предложений и зачеркните соответствующую цифру справа в зависимости от того, КАК ВЫ СЕБЯ ЧУВСТВУЕТЕ В ДАННЫЙ МОМЕНТ. Над вопросами долго не задумывайтесь, поскольку правильных или неправильных ответов нет.

	Нет, это не совсем так	Пожалуй, так	Верно	Совершенно верно
1. Я чувствую себя свободно	1	2	3	4
2. Я нервничаю	1	2	3	4
3. Я не чувствую скованности, напряженности	1	2	3	4
4. Я доволен	1	2	3	4
5. Я озабочен	1	2	3	4

Результаты измерения мотивации и тревоги помещаются на оси координат аналитической системы предстартового состояния, в которой основным принципом анализа является принцип зоны оптимального реагирования. Точки пересечения перпендикуляров от точек результатов мотивации и тревоги попадают в квадрат, ответствующий типу психического состояния испытуемого. В заштрихованной зоне находятся оптимальные состояния.

Задание 3. Измерение вегетативного баланса

Инструкция: Пульс измеряется на шейной артерии или на запястье самостоятельно за 30 сек. и умножается на 2. Измерение производится в покое лежа, затем стоя через 1 минуту.

Результат лежа_____ Результат стоя_____

Обработка и анализ результатов. Итоговый показатель вегетативного баланса есть производное от деления ЧСС лежа на ЧСС стоя. В оптимальном состоянии индекс близок к 1,0 (0,85 – 0,95). Снижение индекса происходит из-за резкого увеличения пульса стоя, что говорит о нарушении вегетативного баланса, вегетативной реактивности, наблюдающейся при перевозбуждении, стрессе.

Задание 4. Измерение психомоторного контроля

Инструкция: В максимальном темпе ставить точки карандашом в 1-ом квадрате в течение 5 сек. Затем во 2-ом квадрате ставить точки в темпе в половину от максимального.

Обработка и анализ результатов. Подсчитывается количество точек в каждом квадрате. Итоговый показатель психомоторного контроля является производным от деления результата 2-го квадрата на результат 1-го.

_____

_____

Итог равен: при оптимальном контроле – 0,550 – 0,750; при переутомлении – менее 0,450; при возбуждении – более 0,760.

Задание 5. Измерение предстартового состояния

Методика работы. Выполнение задание возможно дистанционно, путем рассылки протокола и инструкции испытуемым.

Инструкция для обследуемых. Вспомните свой самый **лучший старт**, самое удачное выступление на соревнованиях и самый **неудачный старт** и опишите эти состояния (что чувствовал, о чем думал, что мешало/помогало и тп) в предложенном протоколе.

Протокол исследования

Признаки	Лучшее состояние	Худшее состояние
Уровень соревнований		
Готовность к соревнованию		
Самочувствие		
Телесные ощущения		
Мышечные ощущения на разминке		
Мысли, воспоминания		
Эмоции, чувства		
Настроение		
Наиболее яркое впечатление		
Состояние после соревнования		

Завершение работы.

1. На основании протоколов группы спортсменов сформулировать в выводе основные признаки и условия возникновения оптимального стартового состояния.
2. Дать рекомендации по оптимизации и регуляции предстартовых состояний.

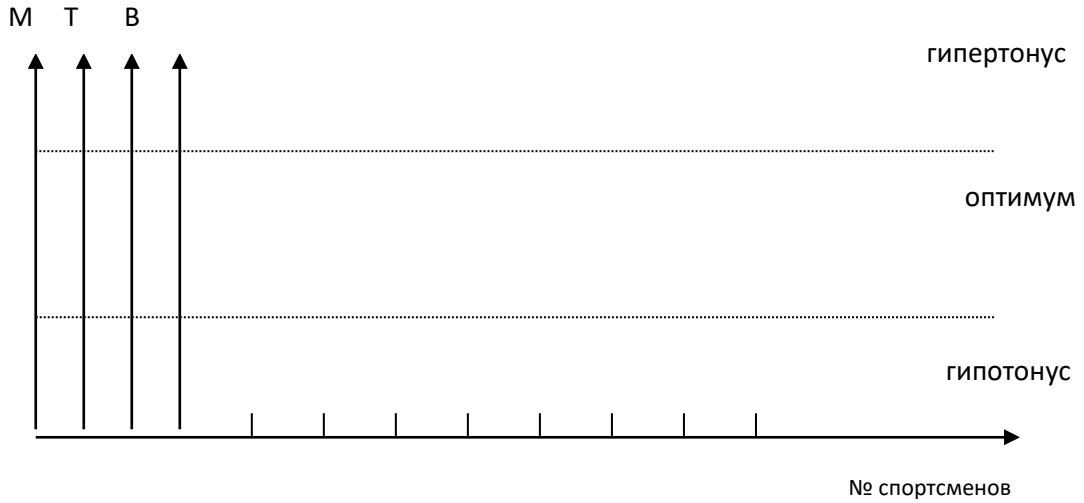
Задание 6. Отчет включает табличную, графическую части и вывод.

Таблица содержит результаты обследования с оценкой оптимальности в графе «Итог» по трем градациям уровня состояния: оптимальный, гипотонус, гипертонус. По индивидуальным результатам рассчитывается средняя арифметическая по группе: мотивация, тревога, вегетативный баланс и психомоторный контроль.

Результаты психологического обследования спортсменов

Ф.И.О.	Тип нервной системы	Мотивация	Тревога	Вегетативный баланс	Психомот. контроль	Итог
1. 2. 3.						

График содержит кривые тревоги, мотивации, вегетативного баланса и психомоторного контроля.



В выводе необходимо отразить основные психологические компоненты, требующие коррекции.

3. Разработка рекомендация по коррекции психического состояния спортсменов на основании результатов психологического обследования.

Включает в себя рекомендации:

- по коррекции мотивации – повышение или понижение, сохранение оптимальной мотивации, указать методы, приемы.
- по коррекции тревоги - повышение или понижение, сохранение оптимальной тревоги, указать методы, приемы, ситуации.
- по применению тренировочных нагрузок – объем, интенсивность, характер, методы и т.д.;
- по применению средств восстановления работоспособности – направленность, частота, виды;

- по организации тренировочного и соревновательного процессов с учетом свойств нервной системы и психического состояния.
-
-
- Проверяемая (ые) компетенция (и) (из ОПОП ВО):
- ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий

ОПК-2.2. Умеет использовать антропометрические, физические и психические особенности занимающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта

ОПК-2.3. Имеет опыт применения различных методик при прогнозировании спортивной ориентации в избранном виде спорта

- Проверяемый (ые) результат (ы) обучения:
- Умеет:
- подбирать методы для определения анатомо-физиологических показателей физического развития человека;
- Имеет опыт:
- проведения антропометрических измерений для оценки физического развития;
- проведения оценки функционального состояния человек
- применения методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся и группы (команды) в сфере физической культуры и спорта.
- Проверяемая (ые) компетенция (и) (из ОПОП ВО):
- ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

ОПК-7.2. Умеет соблюдать общие требования по соблюдению техники безопасности, применять меры по профилактике травматизма и оказывать первую доврачебную помощь

ОПК-7.3. Имеет опыт проведения мероприятий по соблюдению техники безопасности при проведении тренировочных занятий, применения методик спортивного массажа и оказания первой доврачебной помощи

Проверяемый (ые) результат (ы) обучения:

- Умеет: разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря;
- поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий
- выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря.
- Имеет опыт:
- обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по избранному виду спорта.
- Тип (форма) задания: Задание практического характера

Пример типовых заданий (оценочные материалы):Составить физиологическую кривую занятия

- Оценочный лист (характеристика) к заданию № 6.
- Задание № 6:
- Методические материалы, определяющие процедуру и критерии оценивания сформированности компетенций при проведении промежуточной аттестации

Составить физиологическую кривую занятия

Для того, чтобы судить об интенсивности физической нагрузки, приходящейся на того или иного учащегося, каждый учитель физкультуры должен уметь определять общую и моторную плотность урока.

Общая плотность– это отношение полезного времени (объяснение, построение, разбор урока и выполнение упражнений) к общей продолжительности урока (45мин.), выраженное в процентах. Она должна составлять 95-100%.

Моторная плотность– определяется отношением рабочего времени (т.е. затраченного непосредственно на выполнение физических упражнений) к общей продолжительности урока, также выраженное в процентах:

время, затраченное на движения/общее время занятия х 100.

Плотность урока для старших школьников должна быть 60- 70%, для младших школьников до 50%. При более низкой плотность урока школьники не получают должной нагрузки, а при более высокой плотности урока может наступить переутомление.

В процессе физических нагрузок обычно увеличивается частота сердечных сокращений, может повышаться или снижаться артериальное давление, возможны аптичные реакции, поэтому определение этих показателей очень важно для оценки влияния нагрузки, получаемой на уроке. Исследование производится следующим образом. Перед началом урока, у заранее назначенных учеников., подсчитывается пульс по 10-ти секундным отрезкам в течении минуты. Затем пульс исследуют после каждой части урока. Причем в основной части урока несколько раз (после каждого подхода к снарядам или после выполнения отдельных упражнений). Рекомендуются эти же измерения провести спустя 15-30 минут для этого, чтобы проследовать восстановительный период. На основании полученных данных вычерчивается физиологическая кривая урока, которая позволяем судить о величине характера физической нагрузки по частям урока и всего урока в целом, физиологическая кривая изображается графически, по горизонтали откладывается деятельность урока в минутах, по вертикали – частота пульса.

Очень важно, чтобы физическая нагрузка возрастала постепенно, максимум подъема в середине основной части урока и тогда физиологическая кривая выглядит в виде одновершинной кривой в середине основной части урока. Не должно быть максимального подъема ни в подготовительной, ни в заключительной частях урока.

Таким образом, сравнивая показатели пульса до, во время занятий, сразу после занятий и в восстановительном периоде, учитывая внешние признаки утомления и плотности урока, преподаватель может для одного снизить, для другого увеличить нагрузку или оставить ее без изменений

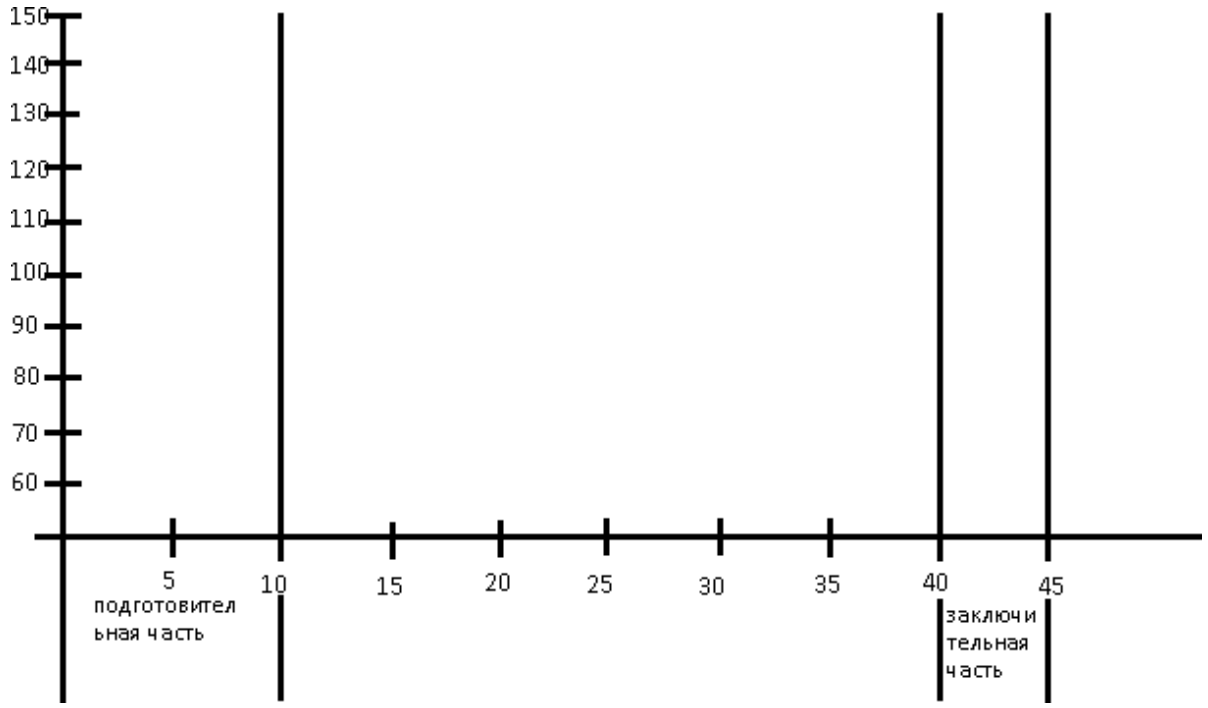
Задание:

1. Составить комплекс круговой тренировки с подробным описанием дозирования физической нагрузки. Дать характеристику упражнениям по энергетическим механизмам (максимальной, субмаксимальной, большой, умеренной мощности.) В зависимости от мощности работы определить планируемый пульс на данном этапе.

2. Вычертить физиологическую кривую по данным пульса.

Части урока	Описание упражнения, с дозированием нагрузки	Характеристика физического упражнения по энергетическим механизмам	Планируемый пульс	
			За 10 сек.	За1 мин.
подготовительная				
основная				
заключительная				

Физиологическая кривая нагрузки



Проверяемая (ые) компетенция (и) (из ОПОП ВО):

ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий

Проверяемый индикатор достижения компетенции:

ОПК-2.2. Умеет использовать антропометрические, физические и психические особенности занимающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта

ОПК-2.3. Имеет опыт применения различных методик при прогнозировании спортивной ориентации в избранном виде спорта

Проверяемый (ые) результат (ы) обучения:

Умеет:

подбирать методы для определения анатомо-физиологических показателей физического развития человека;

интерпретировать результаты тестирования в избранном виде спорта.

Имеет опыт: проведения антропометрических измерений для оценки физического развития;

проведения оценки функционального состояния человек

применения методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся и группы (команды) в сфере физической культуры и спорта.

Проверяемая (ые) компетенция (и) (из ОПОП ВО):

ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

Проверяемый индикатор достижения компетенции:

ОПК-7.2. Умеет соблюдать общие требования по соблюдению техники безопасности, применять меры по профилактике травматизма и оказывать первую доврачебную помощь

ОПК-7.3. Имеет опыт проведения мероприятий по соблюдению техники безопасности при проведении тренировочных занятий, применения методик спортивного массажа и оказания первой доврачебной помощи

Проверяемый (ые) результат (ы) обучения:

Умеет: разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря;

поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий
выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря.
Имеет опыт:
обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по избранному виду спорта

Тип (форма) задания: Задание практического характера
Пример типовых заданий (оценочные материалы): 1. Провести антропометрические, физиометрические измерения спортсмена.2. Составить конспект тренировочного занятия с подробным описанием дозирования интенсивности физической нагрузки.3.А)перечислить мероприятия по соблюдению техники безопасности при проведении тренировочного занятия, применения методик спортивного массажа (предварительного).
Б) Составить алгоритм действия тренера при несчастном случае (травма) на тренировочном занятии.

Оценочный лист к типовому заданию (модельный ответ):
Оценочный лист (характеристика) к заданию № 6.

Задание № 6:

Критерии	Оценивание		
	Соответствует в полном объеме (1)	Соответствует частично (0,5)	Не соответствует (0)
1.В протоколе оценки физического развития спортсмена, результаты антропометрических данных оформлены и обработаны верно			
2. В протоколе оценки физического развития спортсмена, результаты физиометрических данных оформлены и обработаны верно			
3. В протоколе оценки физического развития спортсмена, результаты функционального состояния оформлены и обработаны верно			
4. В заключении о физическом развитии спортсмена даны рекомендации при прогнозировании спортивной ориентации в избранном виде спорта			
5. В Плане- конспекте тренировочного занятия верно определены зоны интенсивности нагрузки и показатели пульса			
6. Величина физической нагрузки рассчитана верно по общей и моторной плотности занятия			
7. Графически верно представлена физиологическая кривая по данным пульса спортсмена на тренировочном занятии.			
8. Мероприятия по соблюдению техники безопасности при проведении тренировочных занятий, применения методик спортивного массажа перечислены верно			
9. Алгоритм действия тренера при несчастном случае (травме) на тренировочном занятии составлен верно.			
10. Наличие правильно оформленного задания: – формат, в котором выполняются задания: лист 4 А, 14 шрифт, 1,5 интервала, поля слева – 3, справа – 1,5 снизу и сверху – 2, – без орфографических и пунктуационных ошибок			
Итого:	10	5	
Общее количество баллов: (переносится в БРК)			

Методические материалы, определяющие процедуру и критерии оценивания сформированности компетенций при проведении промежуточной аттестации

Задание по физиологии спорта.

Общие сведения о спортсмене:

Фамилия, имя_____

Возраст_____

Вид спорта_____

Группа_____ __этапа подготовки

Задание 1. Провести антропометрические, физиометрические измерения спортсмена. Методом индексов и центильным методом дать оценку показателям. Провести оценку функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем спортсмена. Записать данные в таблице.

№ п/п	**Показатель**	**Обследуемый**	**Оценка**
1.	**Длина тела, см**		
2.	**Масса тела, кг**		
3.	**Длина конечностей, см**		
	Длина верхних конечностей, см		
	Длина плеча, см		
	Длина нижних конечностей, см		
	Длина бедра, см		
	Длина голени, см		
4.	**Расчет продольных размеров**		
	Высота верхнего отрезка (головы и шеи), см		
	Длина корпуса, см		
	Длина туловища, см		
	Длина руки, см		
	Длина плеча, см		
	Длина предплечья, см		
	Длина кисти, см		
	Длина ноги, см		
	Длина бедра, см		
	Длина голени, см		
	Длина стопы, см		
5.	**Измерение обхватных размеровтела**		
	Окружность головы, см		
	Окружность грудной клеткив покое, см		
	Окружность грудной клетки на вдохе, см		
	Окружность грудной клетки на выдохе, см		
	Окружность запястья, см		
	Окружность предплечья, см		
	Окружность плеча в покое, см		
	Окружность плеча в напряжении, см		

	Окружность талии, см		
	Окружность бѐдер, см		
	Окружность бедра, см		
	Окружность голени, см		
6	**Метод индексов**		
	Индекс массы тела, кг/м^2		
	Оценка компонентного состава тела, %		
	Индекс Соловьева, см		
	Жизненный индекс, мл/кг		
	Индекс Эрисмана, см		
	Индекс Пирке (коэффициент пропорциональности), %		
	Индекс Пинье, усл.ед.		
	Силовой индекс, %		
7	**Центильный метод**		
	Оценка степени (уровня) физического развития, %		
	Оценка гармоничности физического развития		
	Соответствие паспортного возраста уровню биологического развития, лет		
8	**Физиометрические показатели**		
	Динамометрия кисти: правая, кг		
	Динамометрия кисти: левая, кг		
	Жизненная емкость легких, мл		
9	**Оценка легочных объемов**		
	Частота дыхания в покое, количество раз в мин		
	Дыхательный объем, мл		
	Минутный объем дыхания, мл		
	Резервный объем вдоха, мл		

	Резервный объем выдоха, мл		
10	**Пробы с задержкой дыхания**		
	Проба Штанге, с		
	Проба Генчи, с		
11	**Оценка гемодинамических показателей**		
	Частота сердечныхсокращений в покое, количество раз в мин		
	Артериальное давление (систалическое/диастолическое), мм рт.ст.		
	Пульсовое давление, мм рт.ст.		
12	**Оценка ССС и ее изменение по данным функциональных проб**		
	Проба Мартине, тип реакции		
	Проба Руффье		
13	**Ортостатическая проба**		
	Динамика ЧСС, уд./мин	Лежа Стоя	

Заключение об оценки физического развития спортсмена:

Задание 2: Составить конспект тренировочного занятия с подробным описанием дозирования интенсивности физической нагрузки в зависимости от этапа, периода физической подготовки в избранном виде спорта (на выбор). В зависимости от зоны интенсивности нагрузки определить планируемый пульс в каждом упражнении. Вычертить физиологическую кривую по данным пульса спортсмена на тренировочном занятии.

Интенсивность физической нагрузки может определяться по разным показателям (частоте дыхания, минутному объёму потребления кислорода, изменению времени двигательной реакции и др.), но наиболее удобный, особенно в циклических видах спорта – это частота сердечных сокращений (ЧСС). Пульс измеряется на лучевой или сонной артерии в течение 10 секунд и умножается на 6 (для определения пульса за 1 минуту). Физиологи определяют 4 зоны интенсивности нагрузок по ЧСС:

О – нулевая зона (малая интенсивность), пульс до 130 уд/мин. Применяется с целью разминки или же для активного отдыха и восстановления. Создаются предпосылки для воспитания выносливости. Тренировочный эффект проявляется лишь у слабо подготовленных занимающихся.

1-я тренировочная зона (средняя интенсивность) – пульс 130–150 уд/мин. Развивается общая выносливость. Присутствует аэробный (кислородный) механизм энергообеспечения, когда энергия вырабатывается в организме с помощью окислительных реакций при достаточном притоке кислорода.

2-я тренировочная зона (большая интенсивность)– 150-180 уд/мин. Подключаются анаэробные (бескислородные) механизмы энергообеспечения мышечной деятельности, когда энергия образуется при распаде энергетических веществ в условиях недостатка кислорода. Развивается специальная выносливость. У нетренированных людей переход к анаэробным механизмам может наступать при ЧСС = 130-140 уд/мин, у тренированных – 160-165 уд/мин. При работе в анаэробных условиях сравнительно быстро сильное ощущается утомление.

3-я тренировочная зона (предельная интенсивность) - пульс более 180 уд/мин. Совершенствуются анаэробные механизмы энергообеспечения на фоне значительного кислородного долга. Изменяются показатели биохимических реакций крови и её состава (увеличивается количество молочной кислоты). Уменьшается время отдыха сердечной мышцы, что приводит к падению её сократительной силы. Развивается скоростная выносливость. Такие нагрузки можно рекомендовать только тренированным людям от 16 до 35 лет, не имеющим отклонений в состоянии здоровья.

План- конспект тренировочного занятия

Вид спорта
Группа_____этапа подготовки
Период физической подготовки
Тема тренировочного занятия
Задачи тренировочного занятия

№ упражнения	Описание упражнения, с дозированием нагрузки	Характеристика физического упражнения по интенсивности	Планируемый пульс	
			За 10 сек.	За1 мин.
Подготовительная				
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
Основная				
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
Заключительная				
1.				
2.				
3.				

Величина физической нагрузки зависит от плотности занятия. Различают общую и моторную плотность.

Общая плотность – отношение времени для решения педагогических задач ко всей продолжительност и занятия, т.е. сумма времени, затраченная на подготовку инвентаря, объяснение и показ упражнений, на выполнение физических упражнений, умственную деятельность занимающихся, на отдых между упражнениями – это педагогически оправданное время. К неоправданным затратам времени относятся опоздания, простои из-за дисциплины, отсутствие необходимого инвентаря. Выражается общая плотность в процентах (%).

Сумма времени с «+»

Общая плотность = _____ х 100%

Время занятия

При проведении учебно-тренировочного занятия следует стремиться к 100 % общей плотности.

Моторная (двигательная) плотность – отношение времени двигательной активности, т.е. затраченного непосредственно на выполнение физических упражнений, ко всей продолжительности занятия.

Сумма времени упражнений х 100 %

Моторная плотность = время занятия

Моторная плотность может колебаться от 10-15 % до 75-90 %. Она зависит от вида спорта, возраста, пола, подготовленности занимающихся, от условий занятий, от характера тренировочных или учебных заданий

Протокол хронометража тренировочного занятия

Дата"___"_____2020г

группа _____

тренер _____

Задачи занятия:

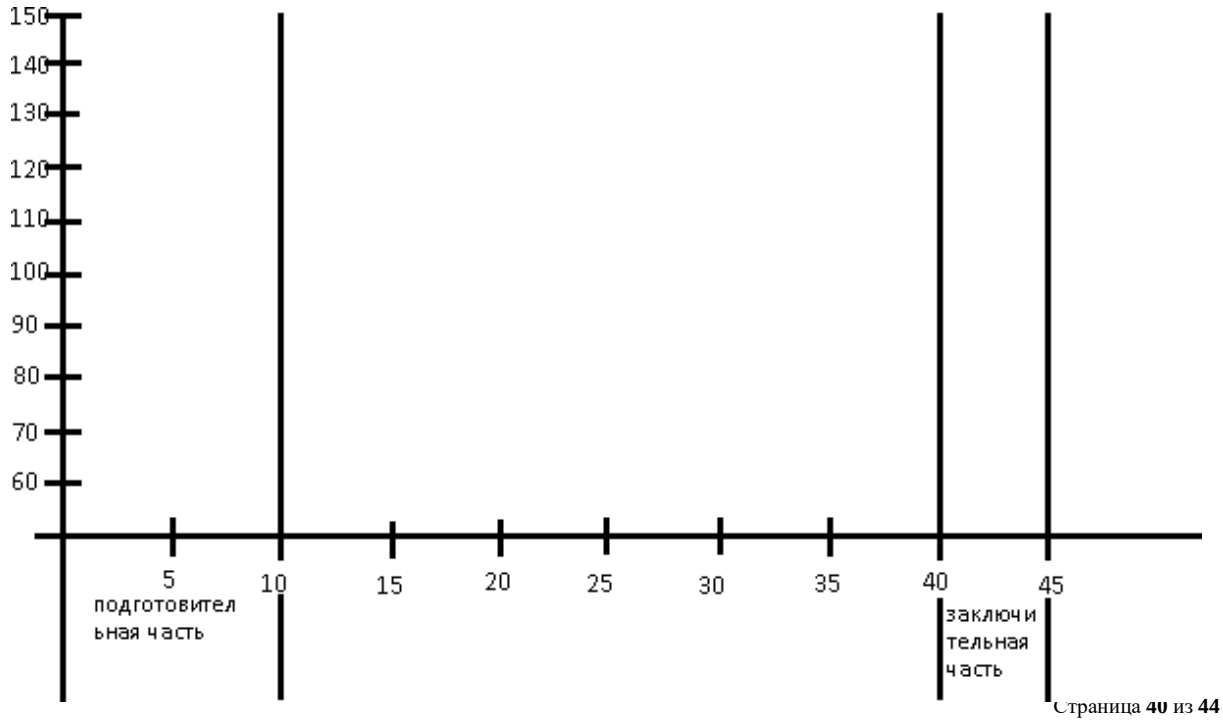
Часть трен-го занятия	Показания секундомера	Объяснение и показ	Выполнение упражнений	Вспомогательные действия	Отдых	Простой
Подготовительная						
1						
2						
3						
4						
5						

Основная						
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
Заключительная						
1						
2						
3						

Расчет плотности занятия и его частей

Подготовительная	*ОП =* *%*	*МП =* *%*
Основная часть	*ОП =* *%*	*МП =* *%*
Заключительная часть	*ОП =* *%*	*МП =* *%*
Тренировочное занятие в целом	*ОП =* *%*	*МП =* *%*

Вычертить физиологическую кривую по данным пульса спортсмена на тренировочном занятии.



Задание 3:
А)перечислить мероприятия по соблюдению техники безопасности при проведении тренировочного занятия, применения методик спортивного массажа (предварительного).
Б) Составить алгоритм действия тренера при несчастном случае (травма) на тренировочном занятии.

Тип (форма) задания: Задание практического характера
Пример типовых заданий (оценочные материалы): Отчет об итогах**:** практики

Оценочный лист к заданию № 7

Задание 7 Отчет об итогах**:** практики

Подготовить отчет об итогах прохождения педагогической практики и представить его на итоговой конференции.

Критерии	Оценивание		
	Соответствует в полном объеме (1,5 балл)	Соответствует частично (1 балл)	Не соответствует (0 баллов)
Отчет о прохождении практики содержит сведения о базе практики: – наименование СДЮСШОР, адрес; – сведения о руководителях практикой от СГСПУ; – сведения о руководителях практикой от СДЮСШОР; – характеристика материально-технической базы для реализации задач физического воспитания; – сведения о реализуемой программе по физической культуре, с указанием разделов программы и их объеме в учебных часах.			
Отчет содержит индивидуальный план производственной практики, с указанием содержания и сроков намеченной работы.			
В отчете представлена информация о расписании занятий, проводимых обучающимся в период производственной практики, с указанием раздела учебной программы, темы, даты проведения			
Отчет содержит сведения о спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работе, реализуемой по плану учреждением (дата, тема и сведения об участниках)			
Отчет содержит результаты самоанализа деятельности обучающегося, с описанием видов работы, положительных и отрицательных результатов в работе с занимающимися в период производственной практики			
В отчете описано значение производственной практики для личного и профессионального роста, формирования профессиональных качеств.			
В отчете представлена информация о трудностях прохождения производственной практики, с указанием организационных, методических и иных причин			
В отчете содержаться предложения по повышению эффективности подготовки, организации и руководства практикой			
При представлении отчета на конференции раскрыты основные виды деятельности на практике, дан их анализ, использованы технические средства визуализации (методы наглядности).			
Отчетная документация, отчет о прохождении практики, оформлены в соответствии с требованиям и предоставлены в срок			
Итого	15	10	
Общее количество баллов по заданию: (переносится в БРК)			

_____/_____

подпись группового руководителя расшифровка подписи

_____/_____

подпись тренера расшифровка подписи

_____/_____

подпись директора расшифровка подписи

Методические рекомендации
для написания и оформления отчета об итогах производственной практики (тренерской практики)
ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Производственная практика проводилась на базе_____№_____
_____ района в _____ группа
Адрес образовательного учреждения_____
_____
Директор _____
Под руководством (Тенер):
Под руководством от СГСПУ:
группового руководителя _____
руководителя по физиологии спорта_____
руководителя по психологии спорта_____
потокового руководителя от ФФКС_____
Сроки производственной практики_____ _____

ХАРАКТЕРИСТИКА БАЗЫ ПРАКТИКИ

Количество спортивных залов_____
Спортивных площадок_____
Материально-техническая база

№	Инвентарь, оборудование	Количество

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПЛАН ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ

№	Содержание намеченной работы	Срок выполнения

Расписание учебно-тренировочных занятий
Раздел программы _____

Дата	Время	Группа	Тема

АНАЛИТИЧЕСКИЙ ОТЧЕТ (самоанализ)
О ПРОХОЖДЕНИИ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙПРАКТИКИ

Аналитический отчет о прохождении производственной практики включает описание, характеристику и анализ всех видов работ, выполняемых в период практики. В отчете должны быть представлены сведения, отвечающие на следующие вопросы и суждения:

- сколько и на какие темы вами было проведено тренировочных занятий?
- какие затруднения встречались в подготовке и тренировочных занятий?
- в какой мере вы удовлетворены собственной подготовкой к профессиональной деятельности, в сравнении с практическим опытом, полученным не предыдущей производственной практике, ваши сильные и слабые стороны?
- какие конкретные профессиональные задачи вами были поставлены и какими методами вы их решили?
- какие были отступления от индивидуального плана?
- что из **намеченного** по плану не было выполнено? причины невыполнения.
- какие затруднения были у вас в ходе производственной практики? что вам она дала?
- замечания и пожелания по организации, подготовке и проведению производственной практики.