ФГБОУ ВО «Национальный Государственный университет

физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта,

Санкт-Петербург»

**Дневник**

**Тренерской практики**

Направление подготовки высшего образования

**49.04.03 – Спорт**

Квалификация

**Магистр**

Форма обучения

**Очная**

**II - семестр**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| (Фамилия, имя, отчество практиканта)  (факультет) |  | |
| ОПОП: «Спорт и система подготовки спортсменов в избранном виде спорта» | |

Санкт-Петербург, 20\_\_\_\_г.

Составители: к.п.н., доцент С.Е. Войнова; д.п.н., доцент Н.Ю. Неробеев

|  |  |
| --- | --- |
| © | Факультет учебно-профессиональных практик «НГУ им. П.Ф. Лесгафта», 2019 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Профильная организация*:* | |  |  | |  | | |
|  | | *(название организации)* | | | | | |
|  | |  |  | |  | | |
|  |  | | | *(город, район)* | |  |  |
|  | |  | *(адрес организации)* | | | |  |
| Руководитель практики от профильной организации: | |  |  | |  | | |
|  | | (ФИО, спортивное звание, тренерская категория) | | | | | |
| Директор профильной организации: | |  |  | |  | | |
|  | | *(фамилия, имя, отчество)* | | | | | |
|  | |  | | | | | |

Руководитель практики

от образовательной организации

(Университета) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(ФИО, научное звание, научная степень)

Курсовой (факультетский)

руководитель от образовательной

организации (Университета) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

*(Ф.И.О., должность)*

**Сроки прохождения практики:**

II – семестр начало \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_окончание\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |
| --- | --- |
| Согласовано  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  (ФИО руководителя практики от профильной  организации)  М.П. | Согласовано  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  (ФИО руководителя практики от Университета) |

**1 СОДЕРЖАНИЕ ТРЕНЕРСКОЙ ПРАКТИКИ, ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ТРЕНЕРСКОЙ ПРАКТИКИ, ИНДИВИДУАЛЬНОЕ ЗАДАНИЕ, РАБОЧИЙ ГРАФИК ПРОВЕДЕНИЯ**

**ТРЕНЕРСКОЙ ПРАКТИКИ СТУДЕНТА**

Трудоемкость практики - 6 зачетных единиц, 216 часов.

**1.1 СОДЕРЖАНИЕ ТЕНЕРСКОЙ ПРАКТИКИ**

**Очная форма обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № темы | Разделы (этапы) практики , виды учебной работы на практике, включая самостоятельную работу студентов | Трудоемкость по этапам практики  (в часах) | Формы текущего контроля |
| семестры |
| 2 |
| 3 | Участие во вступительной конференции. Ознакомление с опытом и регламентом работы, с материально-технической базой учреждения, осуществляющего спортивную подготовку групп ССМ и ВСМ (участие в беседах с администрацией, медицинским персоналом, тренером). | 8 | Письменный анализ в дневнике практики |
| 3 | Получение индивидуального задания и согласование рабочего графика прохождения практики. Составление индивидуального плана работы. | 8 | Индивидуальный план в дневнике практиканта |
| 3 | Разработка индивидуального плана подготовки спортсменов групп ССМ и ВСМ на этап годичного цикла | 26 | Индивидуальный план подготовки спортсмена |
| 3 | Разработка планов (конспектов) тренировочных занятий для спортсменов групп ССМ и ВСМ | 24 | Планы (конспекты) тренировочных занятий |
| 2 | Проведение тренировочных занятий для спортсменов групп ССМ и ВСМ | 58 | Планы (конспекты) тренировочных занятий |
| 4 | Участие в организации и судействе соревнований с участием спортсменов групп ССМ и ВСМ | 20 | Письменный анализ в дневнике практики |
| 4 | Составление отчетной документации по организации и проведению соревнования с участием спортсменов групп ССМ и ВСМ. | 22 | Отчет о результатах проведения соревнований |
| 4 | Анализа эффективности соревновательной деятельности спортсменов групп ССМ и ВСМ в годичном цикле подготовки. | 40 | Письменный анализ в дневнике практики. |
| 5 | Участие в заключительной конференции. Составление отчетной документации практиканта с утверждением ее на базе практике подписью администрации и печатью учреждения. | 10 | Отчет по практике, доклад на защите ,презентация |
| **Всего** | | **216** |  |

**1.2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОХОЖДЕНИЯ ТРЕНЕРСКОЙ ПРАКТИКИ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Знания:** | - организацию работы спортивной сборной команды. (УК-3.)  - общие положения технологии планирования подготовительной и соревновательной деятельности спортсменов; - основные технологические процедуры, обеспечивающие управление системой подготовки спортсмена;  - основные закономерности и принципы построения спортивной тренировки (ОПК-1)  - теоретические основы спортивного отбора и прогнозирования; - медицинские, возрастные и психофизиологические требования к кандидатам на зачисление в резерв спортивной сборной команды Российской Федерации  (ОПК-2)  - градации и ведущую классификацию упражнений как средств подготовки спортсмена;  - оправданные величины тренировочных и соревновательных нагрузок, достигнутые в спорте на различных стадиях и этапах многолетней тренировки, в том числе предельные тренировочные нагрузки;  - концепцию структуры спортивно-тренировочного процесса;  - специфику средств и методов подготовки, обусловленную возрастными, гендерными и иными индивидуальными особенностями спортсменов;  -современные методики спортивной тренировки; - методики обеспечения роста технического и тактического мастерства, функциональной и психологической подготовленности в спорте высших достижений;  - методики обеспечения роста интеллектуальной подготовленности в области теории и методики спорта (ОПК-3)  - показатели эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности спортсменов высокой квалификации, спортивных сборных команд;  - показатели статистических форм наблюдения в области ФКиС и науки (ОПК-6)   - теорию соревновательной деятельности и системы спортивных соревнований;  - формальные процедуры, необходимые для обеспечения участия спортивной сборной команды в официальных спортивных соревнованиях национального, регионального и местного уровня (ОПК-10)  - требования ФС СП, профессиональных стандартов и других квалификационных характеристик в области ФКиС (ОПК-11) |
| **Умения:** | - - определять задачи специалистам спортивной сборной команды исходя из стратегии подготовки спортивной сборной команды; - определять задачи тренерского состава спортивной сборной команды; (УК-3.)  - формулировать цели профессионального и личностного развития, способы и пути достижения планируемых целей (УК-6.)  - ставить цели, выбирать конкретные средства, методы, приемы в отношении поставленных задач спортивной подготовки;  - выбирать эффективные средства, методы и условия, позволяющие направленно воздействовать на развитие спортсмена, обеспечивая необходимую степень его готовности к спортивным достижениям;  -разрабатывать новые технологии решения задач, в том числе инновационные;  - анализировать планы спортивной подготовки планы, программы мероприятий и их сметы на предмет реалистичности, соответствия нормативным требованиям, требованиям достижения целевых показателей, современному уровню теоретических представлений в области физической культуры и спорта (ОПК-1)  - - диагностировать спортивные возможности индивидуума, оценивать перспективы достижения спортсменом результатов международного класса; - определять требования к спортсменам, перспективным для зачисления в спортивную сборную команду (ОПК-2)  - анализировать новые подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ подготовке спортивного резерва и спортивных сборных команд;  - выявлять и обосновывать достоинства и недостатки различных методик, в том числе инновационных; - проводить тренировки в рамках структуры годичного цикла на основе комплексной программы подготовки (ОПК-3)  - определять наиболее эффективные средства и методы воспитательной работы с участниками спортивных сборных команд;  - проводить мероприятия, направленные на укрепление и сплочение трудового коллектива;  - разрабатывать программы формирования спортивных целей и мотивированного поведения участников спортивной команды, профессиональной спортивной команды;  - оценивать состояние морально-психологического климата в спортивной команде, предупреждать и разрешать конфликтные ситуации (ОПК-4)  - оперировать основными теоретическими знаниями о физической культуре и спорте на основе критического осмысления;  - анализировать новые подходы и методические решения в области пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта (ОПК-5)  - выполнять анализ тренировочной и соревновательной деятельности и выявлять причины её несовершенства;  - применять методы оценки спортивных результатов, достигнутых спортсменом;  - обосновывать рекомендации по совершенствованию организации тренировочного и соревновательного процессов (ОПК-6)  - организовывать взаимодействие и информационный обмен с физическими лицами и организациями, составляющими окружение организации / программы (ОПК-7)  - определять общую стратегию подготовки к соревнованиям (средства, методы тренировки, параметры тренировочных нагрузок, использование внетренировочных факторов) (ОПК-10)  - разрабатывать новые подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ подготовки квалифицированных спортсменов (ОПК-11) |
| **Навыки:** | - формирования навыков саморазвития и самореализации в профессиональной и других сферах деятельности (УК-6.)  - навыками составления индивидуальных сводных перспективных, этапных, текущих планов подготовки и календаря соревнований квалифицированных спортсменов (ОПК-1)  - анализа выступления спортсменов, входящих в резерв спортивной сборной команды Российской Федерации по виду спорта, на основе посещения региональных тренировочных сборов, спортивных соревнований, отдельных физкультурно-спортивных организаций (ОПК-2)  - проведения различных видов тренировочных занятий (фрагментов) по ИВС с квалифицированными спортсменами (ОПК-3)  - разработки концепции воспитательной работы спортивной команды; - проведения различных видов тренировочных занятий (фрагментов) по ИВС с квалифицированными спортсменами (ОПК-4)  - оценки результативности тренировочного процесса, соотношения нормативных и достижимых значений данных показателей для конкретного спортсмена (ОПК-6)  - определения форм подачи информации для заинтересованных сторон (публичные отчеты, декларации, пресс-релизы и тому подобное) (ОПК-7)  - анализа и разбор результатов выступлений спортсмена сборной команды Российской Федерации в спортивных соревнованиях (ОПК-10)  - разработки практических рекомендаций по совершенствованию подготовки квалифицированных спортсменов по результатам собственных исследований (ОПК-11) |

**1.3 ИНДИВИДУАЛЬНОЕ ЗАДАНИЕ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Виды работ | Сроки работ | Дата выполнения | Форма отчетности |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| СОДЕРЖАНИЕ | ДНИ НЕДЕЛИ | | | | | | |
| Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница | Суббота | Воскресенье |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

**1.4 РАБОЧИЙ ГРАФИК ПРОВЕДЕНИЯ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ**

**1.5. ПРОВЕДЕНИЕ ИНСТРУКТАЖЕЙ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Вид инструктажа | Дата проведения | Подпись инструктируемого | Подпись ответственного за проведение инструктажа |
| 1 | Охрана труда |  |  |  |
| 2 | Инструктаж по технике безопасности |  |  |  |
| 3 | Инструктаж по пожарной безопасности |  |  |  |
| 4 | Правила внутреннего распорядка |  |  |  |

**2 ТРЕБОВАНИЯ К ПРАКТИКЕ**

При прохождении практики студенты должны:

1. Составить совместно с руководителем индивидуальный план работы и проект тренерской деятельности, включающий в себя: цель, задачи, содержание: перечень заданий, сроки их выполнения, форма отчетности.

2. Заполнить индивидуальный план работы

3. Разработать индивидуальный плана подготовки спортсменов групп ССМ и ВСМ

4. Разработать планы (конспекты) тренировочных занятий для спортсменов групп ССМ и ВСМ

5. Оформить протоколы педагогических наблюдений, опросов, тестирования и т.д.

6. Оформить отчетную документацию по организации и проведению соревнования с участием спортсменов групп ССМ и ВСМ.

По окончании практики студенты предоставляют следующие документы:

1. Индивидуальный план практиканта.
2. Индивидуальный плана подготовки спортсменов групп ССМ и ВСМ на этап годичного цикла
3. Планы (конспекты) тренировочных занятий для спортсменов групп ССМ и ВСМ (планы (конспекты) учебно-тренировочных занятий в количестве, определяемом методистом но не менее 5).
4. Документы анализа соревновательной деятельности спортсменов
5. Отчет о соревнованиях

Аттестация по практике осуществляется в виде анализа отчётной документации. Подведения итогов работы в виде суммы баллов проводится на основе выполнения еженедельных требований к студентам магистратуры, которые представлены в технологической карте. К полученной сумме баллов добавляются баллы, выставляемые курсовым руководителем, по итоговой сумме баллов выставляется ***дифференцированный зачет.***

**3 МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ РЕАЛИЗАЦИЮ СООТВЕТСТВУЮЩЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ТЕХНОЛОГИИ:**

**3.1 Методические рекомендации студентам магистратуры**

В процессе прохождения тренерской практики студенты магистратуры активно участвуют в проведении всех видов работы – организационной, учебно-тренировочной, воспитательной, спортивно-массовой, физкультурно-оздоровительной, хозяйственной и др. Они проходят практику в качестве помощника (ассистента) тренера-преподавателя.

Основными заданиями для студентов на весь период являются: составление документов планирования учебно-тренировочного процесса, регулярное помощь в проведении учебно-тренировочных занятий (УТЗ), анализ деятельности тренера в процессе проведения УТЗ, проведение воспитательной, просветительской и агитационной работы с занимающимися.

**Практика имеет три этапа:**

- первый – ознакомительный четыре недели, когда студенты-практиканты знакомятся с организацией учебно-тренировочной работой в учреждении и выполняют обязанности помощника тренера, оформляется отчетная документация;

- второй этап, - продолжительностью 4 неделя, когда проводятся контрольные УТЗ и соревнования окончательно оформляется отчетная документация.

**В процессе практики студент должен:**

1.Прослушать информацию:а) Вводный инструктаж в организации по технике безопасности и охране труда, по пожарной безопасности, по правилам внутреннего распорядка; б) руководителя учреждения о состоянии учебно-тренировочной работы в учреждении (ее традициях, кадрах, задачах и требованиях к организации процесса); в) тренера об особенностях спортивной работы в группах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства; г) врача о состоянии здоровья спортсменов, санитарно-гигиенических требованиях к занимающимся и местам занятий.

3. Разработать индивидуальный план работы на весь период практики.

4. Вместе с тренером и методистом определить группу спортсменов, которая будет считаться прикрепленными к студенту.

5. Просмотреть не менее 8 ТЗ, проводимых тренером, в том числе – в прикрепленных группе.

6. Ознакомиться со спортсменами прикрепленной группы (изучить состав, состояние здоровья, уровень подготовленности и спортивные достижения) с целью определения особенностей индивидуального подхода к занимающимся, их поведением и дисциплинированностью, взаимоотношениями в группе.

7. Участвовать в проведении занятий в качестве помощника тренера (наблюдение за выполнением упражнений, порядком и дисциплиной, страховка, оказание помощи, судейство и др.).

8. Разработать и оформить план-график тренировочной работы.

9. Разработать планы (конспекты) и провести тренировочные занятия (количество конспектов определяется методистом, но не менее 5).

12. Систематически вести дневник практиканта по установленной форме с отражением данных о проделанной работе, предусмотренной индивидуальным планом.

13. Выбрать и оформить содержание индивидуальной работы с прикрепленной группой, основываясь на программе для групп занимающихся по виду спорта и стандартах спортивной подготовки.

15. Составить итоговый отчет о соревновательной деятельности спортсменов.

16. Составить итоговый отчет о деятельности в период производственной практики.

Итоговая сумма баллов за непосредственную деятельность на практике определяется методистом, затем, после проверки руководителем практики и определением количества баллов за промежуточный контроль и определении итоговой суммы баллов, выставляется итоговая оценка за практику, которая фиксируется факультетом учебно-профессиональных в зачетной книжке студента магистратуры.

Все методические документы разрабатываются под руководством методистов и тренеров, при консультативной помощи руководителя производственной практики и соответствующих кафедр Университета. Качество документов учитывается при общей оценке работы практиканта.

**4 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ НА ПРАКТИКЕ**

**Практиканту необходимо:**

1. Совместно с методистом определить сроки выполнения всех видов работы по плану практики и составить план работы в дневнике практиканта. Заполняется практикантом самостоятельно, контролируется методистом.
2. Разработать и оформить расписание тренировочных занятий в прикрепленной группе на период практики в соответствии с требованиями учреждения. Выполняется практикантом самостоятельно под руководством тренера. Контроль осуществляет методист.
3. Ежедневно (в дни практики) оформлять письменный отчет в дневнике практиканта. Заполняется практикантом самостоятельно, контролируется методистом.
4. Составить и оформить план-график для прикрепленной группы занимающихся, в соответствии с требованиями учреждения. Количество тренировочных занятий в неделю оформляется в соответствии со стандартами спортивной подготовки по виду спорта. Выполняется практикантом самостоятельно под руководством тренера. Контроль осуществляет методист.
5. Самостоятельно выполнить полное педагогическое наблюдение оформить протоколы в отдельной тетради или дневнике практиканта. Контролируется методистом.
6. Самостоятельно отобрать спортивно-педагогические тесты, провести замеры показателей, осуществить анализ данных, оформить отчет и предложить рекомендации по коррекции тренировочной программы в соответствии с полученными данными. Выполняется под руководством тренера и методиста.
7. Разработать и оформить сведения о прикрепленной группе. Выполняется практикантом самостоятельно под руководством тренера, контролируется методистом.
8. Оформить отчет по практике в дневнике практиканта. Выполняется самостоятельно.
9. Оформить и предоставить для проверки и утверждения итоговой оценки отчетную документацию по практике руководителю практики. Выполняется самостоятельно

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА**

**«Тренерская практика»**

**Направление подготовки:** 49.04.03 – «Спорт»

**Направленность (профиль):** Спорт и система подготовки спортсменов в избранном

**Факультет учебно-профессиональных практик**

1 курс 2 семестр ***Очная форма обучения***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***БЛОК 2. ПРАКТИКИ, В ТОМ ЧИСЛЕ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА -***  ***«ТРЕНЕРСКАЯ ПРАКТИКА»*** | | | | |
| Тема или задание  текущей аттестационной работы | Виды  аттестации | Количество  баллов  мин/макс | Количество баллов за выполнение работы | Подпись методиста |
| Участие во вступительной конференции. Получение индивидуального задания и согласование рабочего графика прохождения практики. Составление Индивидуального плана работы. | *ТК №1* | 2/4 |  |  |
| Разработка индивидуального плана подготовки спортсменов групп ССМ и ВСМ на этап годичного цикла | *ТК №2* | 5/12 |  |  |
| Разработка планов (конспектов) тренировочных занятий для спортсменов групп ССМ и ВСМ | *ТК №3* | 5/12 |  |  |
| Проведение тренировочных занятий для спортсменов групп ССМ и ВСМ | *ТК №4* | 5/12 |  |  |
| Участие в организации и судействе соревнований с участием спортсменов групп ССМ и ВСМ | *ТК №5* | 2/8 |  |  |
| Составление отчетной документации по организации и проведению соревнования с участием спортсменов групп ССМ и ВСМ. | *ТК №6* | 3/8 |  |  |
| Анализа эффективности соревновательной деятельности спортсменов групп ССМ и ВСМ в годичном цикле подготовки. | *ТК №7* | 3/8 |  |  |
| Участие в заключительной конференции. Составление отчетной документации практиканта с утверждением ее на базе практике подписью администрации и печатью учреждения. | *ТК №8* | 3/6 |  |  |
| **Итого минимум:** |  | 28/70 |  |  |
| ***Промежуточное оценивание деятельности студента руководителем производственной практики в НГУ имени П.Ф. Лесгафта*** |  | 22/30 |  |  |
| **Итого:** | Диф. зачёт | 50/100 |  |  |
| **Оценка по практике** | | |  |  |

Утверждаю\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (подпись методиста)

Дата\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**индивидуальный план работы**

**Цель практики** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Задачи практики**

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

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Виды и содержание работ** | **Сроки работы** | **Дата выполнения** | **Форма отчетности** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

Эффективность соревновательной деятельности

спортсмена групп ССМ и ВСМ в годичном цикле подготовки

Избранный вид спорта: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Квалификационные характеристики спортсменов:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия, имя, отчество | Год рождения | Разряд | Соревнования |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

Оценка эффективности и корректировка соревновательной деятельности: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

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

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

|  |  |
| --- | --- |
| Утверждаю  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  (ФИО руководителя практики  от профильной организации)  М.П. | Утверждаю  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  (ФИО научного руководителя) |

**отчет практиканта**

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_г. |  | |
| ***Подпись практиканта*** | |  |

**Примечание.** В отчете следует отразить анализ выполнения индивидуального плана и программы практики и отразить весь объем проведенной студентом работы. Оценивая итоги практики, следует отметить, чему научился студент, какие компетенции, знания, умения и опыт деятельности приобрел, какие испытал трудности в работе и какие проблемы были обнаружены в теоретической и методической подготовленности.

В конце отчета практиканту рекомендуется вносить предложения по улучшению преподавания отдельных дисциплин в Университете, по совершенствованию содержания и организации практики и др. Итоговые материалы и отчет должны быть подписаны методистом.

**отзыв**

**рукодителя базы практики**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **(фамилия, имя, отчество, ДОЛЖНОСТЬ)** | | | | | | | | | |  |
| **Студент** |  | | | | |  | | | | |
|  |  | | | | | **(фамилия, имя, отчество)** | | | | |
|  |  | | | **(направление и профиль подготовки)** | | | | | |  |
| **проходивший практику** | | | |  | | | | |  |  |
|  | | |  | | | | |  |  |  |
|  | |  | | **(место проведение практики)** | | | | | |  |
| **в период с** | |  | | **по** | | |  | | |  |
|  | |  | |  | | |  | | |  |
|  | | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | | |  |
| ***Подпись руководителя практики от профильной организации***  ***\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*** | | | | | |  | | | |  |
| ***Подпись научного руководителя***  ***\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***  «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20 \_\_\_г.  М.П. | | | | |  |  |  |  |  |  |
|  | | | | |  |  |  |  |  |  |

**Примечание.** В отзыве следует отразить сформированность профессиональной компетентности, степень достижения цели и решения задач практики, дисциплинированность, общительность, самостоятельность и творчество при выполнении программы практики. Отметить негативные стороны в работе (если таковые имелись).

**ОБРАЗЦЫ ОФОРМЛЕНИЯ ДОКУМЕНТОВ:**

План-график учебно-тренировочной работы для группы СС

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Содержание учебного материала/  Виды подготовки | Средства | Количество часов | Месяц ОКТЯБРЬ | | | | | | | |
| № недели | | № недели | | № недели | | № недели | |
| 5 | | 6 | | 7 | | 8 | |
| № тренировки | | № тренировки | | № тренировки | | № тренировки | |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ВСЕГО ЧАСОВ |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.

ОБРАЗЕЦ ОФОРМЛЕНИЯ КОНСПЕКТА:

Конспект № 4 учебно-тренировочного занятия № 9

Дата проведения:

Место проведения:

Инвентарь:

Основные задачи УТЗ:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Частные задачи | Средства | Дозировка | Методические приемы обучения, воспитания и организации |
|  |  |  |  |

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

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

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20 \_\_ г.

**ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПЛАН**

подготовки спортсмена

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

фамилия, имя, отчество год рождения звание, разряд

в годичном цикле  **20\_\_\_ г.** Вид спорта, дисциплина \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Планируемые спортивные результаты на \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ год** | | | | | | | | |
| **Спортивный сезон, ранг, наименование и**  **срок соревнований** | | | | | **Результат** | | **Место** | |
| Зимний | | Основной старт | | план. |  | |  | |
| вып. |  | |  | |
| Летний | | Отбор | | план. |  | |  | |
| вып. |  | |  | |
| Главный старт | | план. |  | |  | |
| вып. |  | |  | |
| **2. Основная соревновательная деятельность** | | | | | | | | |
| **№** | **Дата** | | **Планируемые соревнования** | **Вид** | | **Результат** | | **Место** |
|  |  | |  |  | |  | |  |
|  |  | |  |  | |  | |  |
|  |  | |  |  | |  | |  |
|  |  | |  |  | |  | |  |
|  |  | |  |  | |  | |  |
|  |  | |  |  | |  | |  |
|  |  | |  |  | |  | |  |
|  |  | |  |  | |  | |  |
|  |  | |  |  | |  | |  |
|  |  | |  |  | |  | |  |
|  |  | |  |  | |  | |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **3. Учебно-тренировочные сборы** | | | | | | | | | | | | |
| Месяц | январь | февраль | март | апрель | май | июнь | июль | август | сентябрь | октябрь | ноябрь | декабрь |
| Сроки проведения |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Место проведения |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Основные тренировочные средства, контрольные упражнения, соревнования | Объем основных тренировочных средств | | | | | | | | | | | | Всего за год |
| Январь | Февраль | Март | Апрель | Май | Июнь | Июль | Август | Сентябрь | Октябрь | Ноябрь | Декабрь |
| Кол-во тренировочных дней |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Кол-во тренировочных занятий |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Основные тренировочные средства |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Контрольные упражнения (тесты) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Кол-во дней соревнований |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Кол-во стартов |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Рост спорт. результатов (дистанция, упражнений) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Личный тренер \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Спортсмен \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Подпись расшифровка подписи Подпись

Дата составления « \_\_\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20 \_\_\_ г.

**АНАЛИЗ ВЫПОЛНЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПРАКТИКИ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Содержание деятельности** | **Результаты деятельности** | **Возникшие затруднения** | **Замечания и рекомендации методиста** | **Задание на следующий день** | **Подпись методиста** |
|  |  |  |  |  |  |  |