

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

**«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. Астафьева»**

ДЕПАРТАМЕНТ СПОРТИВНЫХ ЕДИНОБОРСТВ

КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ БОРЬБЫ



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРАКТИКИ
по получению профессиональных умений и
опыта профессиональной деятельности

Направление подготовки
49.04.01 – Физическая культура

Направленность (профиль) образовательной программы
«Система подготовки в профессиональном спорте»
(наименование профиля/программы)

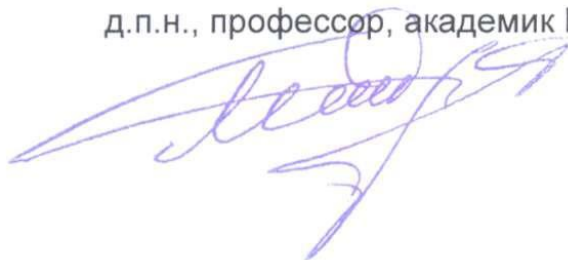
Квалификация (степень) выпускника
магистр

Красноярск 2016

Рабочая программа практики составлена д.п.н., профессором
Д.А. Завьяловым

РПП обсуждена на заседании выпускающей
кафедры-разработчика теории и методики борьбы
протокол № 3 от 05.10.2016 г.

Заведующий кафедрой теории и методики борьбы
д.п.н., профессор, академик РАО



Д.Г. Миндиашвили

Одобрено на заседании Научно-методического
совета направления подготовки
Департамента спортивных единоборств
Протокол № 1 от 08.12.2016 г.

Председатель совета
д.п.н., профессор



А.И. Завьялов

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Место практики в структуре образовательной программы.

Настоящая рабочая программа практики (РПП) для обучающихся по направлению 49.04.01 – «Физическая культура», направленность (профиль) образовательной программы – «Система подготовки в профессиональном спорте» разработана согласно ФГОС ВО и профессионального стандарта «Тренер».

Вид практики – производственная.

Тип практики – практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности.

Способ проведения практики - стационарная.

Для прохождения практики необходимы знания, умения и компетенции, полученные при изучении дисциплин Блока 1.

Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности проводится в сторонних организациях (общеобразовательных учреждениях, колледжах, образовательных учреждениях дошкольного, среднего профессионального образования, образовательных учреждениях дополнительного образования детей, спортивных клубах, вузах, фитнес-центрах, бассейнах) или на кафедрах вуза, обладающих необходимым кадровым и научно-техническим потенциалом.

2. Общая трудоемкость практики в З.Е., часах и неделях.

Практика проводится на 2 курсе. Трудоемкость практики составляет по 432 часа (12 з.е.) – 8 недель и состоит из 3 этапов:

1. Организационный.
2. Практическое выполнение учебных заданий, предусмотренных программой практики.
3. Сдача отчетной документации групповому методисту и ее защита.

3. Цель практики - формирование у магистрантов практических навыков и умений, необходимых для осуществления плодотворной профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта в рамках тематики исследований магистерской диссертации.

4. Содержание практики и перечень планируемых результатов.

Планируемые результаты обучения

Задачи практики, содержание работы	Планируемые результаты практики (дескрипторы)	Код результата (компетенция)
– приобретение опыта педагогической деятельности в качестве преподавателя, тренера, инструктора в различных структурах дополнитель-	Знать: – общие вопросы организации работы учебной, оздоровительной или спортивной организации; – нормативно-правовые документы, регламентирую-	ОК-3 - способность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала; ПК-11 - способность

<p>ного образования детей и взрослого населения, физкультурно-оздоровительных клубах различного профиля;</p> <ul style="list-style-type: none"> – формирование навыка самостоятельного проведения занятий в избранном виде деятельности на основе глубоких знаний теории и методики спортивной тренировки, оздоровительной и рекреационной работы с детьми, подростками и взрослым населением, а также с лицами, имеющими отклонения в здоровье и физическом развитии; – завершение формирования основных профессионально-педагогических компетенций, необходимых для работы по специальности; – освоение передовых методов организации и планирования деятельности в сфере физической культуры и спорта; – участие в организации и проведении физкультурно-оздоровительной, досуговой, спортивно-массовой, а также рекреационной работы на уровне образовательного учреждения, предприятия, клуба; – формирование исследовательского подхода к деятельности по специальности 	<p>щие работу учебной, оздоровительной или спортивной организации, отчетность;</p> <ul style="list-style-type: none"> – методическое и научное обеспечение деятельности учителей, инструкторов ФОГ, тренеров-преподавателей по виду спорта; – систему самоконтроля, медицинского контроля и врачебного обеспечения учебно-воспитательного и тренировочного процесса в учреждениях общего и дополнительного образования, в спортивно-оздоровительных клубах различной направленности; – систему проведения соревнований и подведения итогов по различным видам спорта. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – формулировать научную проблематику в сфере физической культуры и спорта; – составлять и пользоваться документами планирования, учета и отчетности в и группах различной подготовленности и направленности в учебно-спортивных организациях различной направленности; – использовать все разнообразие средств и методов подготовки, направленное на физическое совершенство и оздоровление населения, достижение нормативных результатов в избранном виде спорта; – проводить тестирование физического развития и физической подготовленности у занимающихся различных возрастных групп и физической подготовленности; – использовать в занятиях современные, передовые средства контроля и самоконтроля за тренированностью спортсменов и физическим развитием занимающихся, в том числе и с отклонениями в 	<p>управлять своим физическим и психическим состояниями в целях повышения результативности тренерской деятельности</p>
--	---	--

	<p>состоянии здоровья и физическом развитии;</p> <ul style="list-style-type: none"> – организовать, проводить и осуществлять судейство соревнований по видам спорта; – критически оценивать и корректировать свою профессиональную деятельность; – проводить агитационно-пропагандистскую работу с целью популяризации здорового образа жизни и активных занятий спортом. <p>Владеть:</p> <p>современными образовательными технологиями для осуществления профессионального и личностного самообразования, проектирования дальнейшего образовательного маршрута и профессиональной карьеры</p>	
--	--	--

5. Контроль результатов. *Указывается форма отчетности по практике (методы текущего контроля успеваемости, а также форма итогового контроля)*

Форма отчетности по практике – предоставление документации согласно заданий.

Форма итогового контроля – итоговая конференция с защитой журнала практиканта и презентацией (зачет).

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРАКТИКЕ

ПЛАНИРОВАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В УЧРЕЖДЕНИИ

В период практики магистрант знакомится с основными документами планирования и контроля в учреждениях дополнительного образования и спортивных клубах, получая представление о планировании и проведении основных видов учебно-тренировочных или физкультурно-оздоровительных занятий в группах различной направленности с контингентом занимающихся, определенным уставом или положением данной организации.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ

Магистранту в процессе учебной практики по получению первичных профессиональных умений и навыков необходимо провести педагогические исследования тренировочных занятий (ТЗ):

- анализ ТЗ;
- пульсометрию;
- хронометрирование ТЗ.

Протоколы исследований утверждаются тренером или методистом департамента.

Для выявления особенностей организации и проведения тренировочного занятия тренером практикант выполняет анализ тренировочного занятия по установленной форме.

АНАЛИЗ УРОКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ

1. Определение и конкретная формулировка учебно-воспитательных задач: (ознакомление, разучивание, повторение). Соответствуют ли они программным требованиям, условиям проведения занятия, физической подготовленности учащихся.
2. Подготовка мест занятий, санитарно-гигиеническое состояние спортзала, спортивная форма учащихся (однородность, опрятность и т.д.)
3. Своевременное начало и окончание урока, рапорт, четкость перестроений в ходе занятий, подведение итогов.
4. Распределение времени по частям урока. Последовательность подготовки организма учащихся к выполнению основной работы. Соответствие подобранных физических упражнений и действий для решения основной задачи урока.
5. Плотность занятий (объяснение, показ, выполнение заданий, простой, методические указания).
6. Характер выполнения учащимися изучаемого материала (качественно, осмысленно, добровольно, активно и т.п.)

7. Дозировка физической нагрузки (число повторений, темп, продолжительность выполнения упражнения). Кривая физиологической нагрузки (утомления).
8. Реализация дидактических принципов обучения (доступности, воспитывающего обучения и пр.).
9. Проявление деятельности привлечения на уроке активистов, помощников из числа учащихся.
10. Осуществление помощи (и страховки).
11. Использование наглядных пособий и технических средств обучения.
12. Формирование навыков самостоятельной работы учащихся. Понимание назначения данного упражнения и его влияния на организм. Знание правил его выполнения и дозировка нагрузки.
13. Дифференцированный подход к обучению, его эффективность.
14. Элемент эстетического воспитания (точность, выразительность движения, правильная, красивая осанка).
15. Поведение учащихся. Взаимоотношения с учителем.
16. Выбор учителем места на уроке. Характер ведения урока: умеренно, живо, вяло, неуверенно. Проявление требовательности к учащимся, педагогический такт.
17. Уровень усвоения учебного материала урока.
18. Применяемые методы: фронтальный, групповой, индивидуальный.
19. Какие методы обучения применяются: игровой, соревновательный, рассказ, показ.

*АНАЛИЗ УРОКА ПИШЕТСЯ В ПОВЕСТВОВАТЕЛЬНОЙ ФОРМЕ,
БЕЗ НУМЕРАЦИИ, НО УЧИТЫВАЮТСЯ ВСЕ ПУНКТЫ.*

Анализ учебно-тренировочного занятия

Занятие проводит _____ Вид спорта _____ Группа _____

Дата _____ Место проведения _____

Подпись практиканта _____

Оценка за анализ _____

Дата _____

Подпись методиста _____

АНАЛИЗ ДИНАМИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКИ НА ТЗ

Магистранту-практиканту необходимо определить на учебно-тренировочных или физкультурно-оздоровительных занятиях величину нагрузки по частоте сердечных сокращений (ЧСС), о которой судят по частоте пульса за 10 секунд.

ДИНАМИКА ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКИ НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ИЛИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЯХ

Для этого необходимо измерить пульс у одного занимающегося до начала занятия, в ходе занятий после каждого изменения вида двигательной или умственной деятельности и в конце занятия. В протоколе пульсометрии фиксируется содержание упражнений с одновременной регистрацией времени занятия, когда произошло измерение пульса. На основании полученных данных построить график пульсометрии занятий. Сделать анализ динамики физической нагрузки (оптимальная величина соответствует частоте пульса – 160-170 ударов в минуту) на занятии и обосновать рекомендации по улучшению организации двигательной деятельности занимающихся на занятиях.

Протокол пульсометрии

тренировочного занятия № ___ в _____ группе

Дата проведения _____

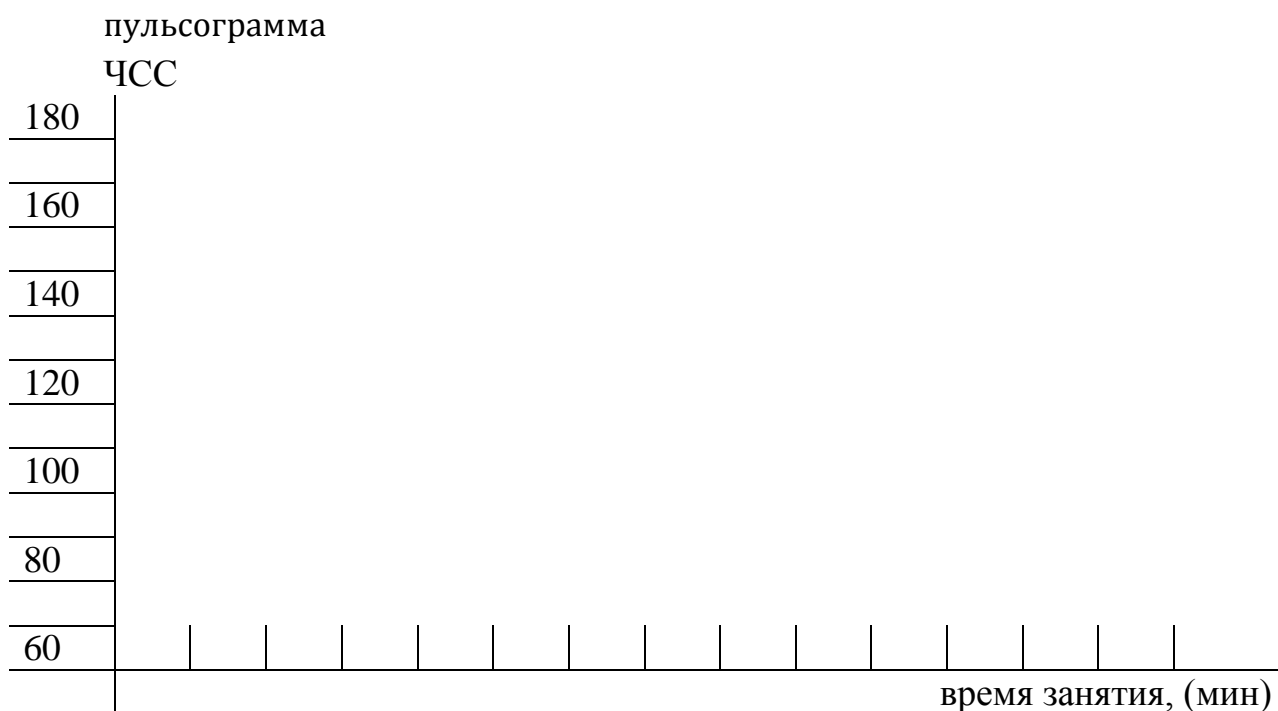
Время проведения _____

Место проведения _____

Фамилия испытуемого _____

Задачи урока: 1. _____
2. _____
3. _____

№ п/п	Минуты исследования	Вид деятельности	ЧСС, уд./мин	
			10 с	1 мин



В анализе указывается:

- соответствие дозировки выполнения упражнений педагогическим целям (формирование или закрепление двигательных навыков и умений, направленное развитие и воспитание физических, психических, гуманистических качеств, чередование двигательного режима с активным отдыхом и пр.), особенностям занимающихся (пол, возраст, подготовленность, состояние здоровья и другие индивидуальные особенности), внешним условиям (время, когда проходит занятие, температура, атмосферные явления, одежда занимающихся).

- способы регулирования нагрузки на протяжении всего занятия (паузы для отдыха и чередование интенсивности упражнений, деятельность, направленная на расслабление и восстановление дыхания).

- учет тренером внешних признаков утомления занимающихся при регулировании нагрузки (потоотделение, изменение цвета лица, учащение дыхания, нарушение координации движений, жалобы на усталость, появление болей и т.д.

- методы активизации и стимулирования занимающихся к поддержанию их высокой двигательной активности при овладении учебным материалом или совершенствовании или закреплении приобретенных умений и навыков, а также время выполнения упражнений с околопредельными физическими нагрузками.

Выводы:

АНАЛИЗ ПЛОТНОСТИ ТЗ

Магистранту-практиканту необходимо провести в процессе практики сравнительный анализ плотности занятий различного вида (обучение, совершенствование, закрепление или контрольная тренировка) в одной прикрепленной группе и сделать вывод о правильности распределения тренером или студентом-практикантом нагрузки и распределения видов деятельности в зависимости от типа и направленности занятия.

Магистранту необходимо методом хронометрирования определить затраты времени на разные виды деятельности в учебно-тренировочном или физкультурно-оздоровительном занятии (объяснение, слушание, показ, наблюдение, отдых, выполнение упражнений занимающимися, простой, вспомогательные действия). Все данные занести в протокол хронометрирования занятия, определить суммарные затраты времени на разные виды деятельности (двигательная, педагогически оправданная, простой и т.д.). Определить общую и моторную плотность после анализа протокола и сделать выводы по схеме построения занятий.

Протокол хронометрирования

Учебно-тренировочного занятия № ___ в _____ группе

Дата проведения _____

Время проведения _____

Место проведения _____

Фамилия испытуемого _____

Задачи урока: 1. _____
2. _____
3. _____

Части УТЗ	Виды деятельности	Время окончания (мин, с)	Объясн.	Выполн.	Вспом. действия	Отдых	Простой	Примеч.
1	2	3		5	6	7	8	9

Общая плотность:

$$\text{ОП} = \frac{\text{время, целесообразно затраченное на УТЗ}}{\text{время УТЗ}} \times 100\% =$$

Моторная плотность:

$$\text{МП} = \frac{\text{время, затраченное на двигательные действия}}{\text{время УТЗ}} \times 100\% =$$

График

Выводы:

ХАРАКТЕРИСТИКА ПРАКТИКАНТА ПО ИТОГАМ ПРАКТИКИ

Методист базы практики составляет характеристику студента-практиканта по предложенной схеме.

Она представляется руководителю практики Департамента на отдельном листе, заверенная руководителем базы практики и скрепленная печатью. Характеристики по итогам практик хранятся в журнале практиканта

Схема

ХАРАКТЕРИСТИКА

практиканта (фамилия, имя, отчество)
группа, институт, учебное заведение

В характеристике должно быть отображено следующее:

- сроки практики, база практики, в качестве кого работал;
- отношение магистранта к обязанностям практиканта: дисциплинированность, добросовестность, трудолюбие, исполнительность, потребность в качественном овладении профессией;
- профессионально-педагогическая, методическая, спортивно-техническая подготовленность практиканта (знание видов программы, структуры и методики проведение учебно-тренировочных, или оздоровительных занятий, владение методами организации занимающихся, методами обучения и тренировки, умение организовать и проводить спортивно-массовые мероприятия);
- личностные качества: общая и профессиональная культура, компетентность, коммуникабельность, конструктивность мышления и др.;
- другие профессионально-педагогические качества, проявленные студентом-практикантом;
- общая оценка за практику (отлично, хорошо, удовлетворительно) с указанием причин снижения оценки.

Подписи:

Печать организации
Дата

Руководитель организации
Методист базы практики

Порядок защиты отчета по практике

В течение периода практики магистрант формирует отчетную документацию: необходимые документы он разрабатывает самостоятельно (под руководством тренера или методиста). Все виды документов в отчетной документации должны быть завизированы тренером или методистом, за урок должна быть выставлена оценка. В конце каждой недели практики каждому практиканту выставляются баллы за проделанную работу и, таким образом, формируется их рейтинг.

На итоговой конференции по практике магистрант выступает с кратким сообщением, в котором всесторонне отражено содержание практики через его видение, положительные и отрицательные моменты, способы устранения недостатков. После чего отвечает на вопросы методистов и руководителя практики. Сумма баллов, набранная по всем модулям, переводится в академическую оценку.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА
РЕЙТИНГА ПРАКТИКИ**

Вид, тип, способ проведения, наименование практики	Направление подготовки и уровень образования (бакалавриат, магистратура) Название программы/профиля	Количество зачетных единиц
производственная, практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности, стационарная	Направление подготовки – 49.04.01 – физическая культура, уровень образования – магистратура направленность (профиль) образовательной программы – система подготовки в профессиональном спорте	12

ВХОДНОЙ РАЗДЕЛ			
	Форма работы	Количество баллов 5 %	
Текущая работа		min	max
	Участие в установочной конференции	3	5
ИТОГО		3	5

БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ № 1 - ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ			
	Форма работы	Количество баллов 15 %	
Текущая работа		min	max
	Ознакомление с нормативно-правовыми документами, регламентирующими деятельность базы практики	2	4
	Ознакомление с администрацией и педагогическим коллективом учебно-спортивной организации	2	4
	Проведение инструктажа по технике безопасности с занимающимися	1	3
	Ведение дневника практиканта	2	4
ИТОГО		7	15

БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ № 2 - УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ			
	Форма работы	Количество баллов 40 %	
		min	max
Текущая работа			
	Ознакомление с имеющимися методическими материалами на базе практики	2	3
	Посещение занятий ведущих специалистов базы практики по физической культуре и спорту	3	6
	Участие в организации показательных выступлений на праздниках СДЮШОР, ДЮСШ, ДЮКФП или соревнованиях	6	10
	Организация и проведение спортивного праздника занимающихся, посвященного одному из государственных праздников	7	10
	Проведение самоанализа педагогической деятельности в соответствии с требованиями к характеристике выпускника	4	8
	Составление совместно с тренером акта на списание спортивной формы, инвентаря, оборудования	2	3
ИТОГО		24	40

БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ № 3 - НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ			
	Форма работы	Количество баллов 25 %	
		min	max
Текущая работа			
	Проведение хронометрирования ТЗ	7	10
	Проведение анализа динамики физической нагрузки на ТЗ	4	8
	Проведение анализа учебно-тренировочных или физкультурно-оздоровительных занятий различной направленности и оценка их плотности и нагрузки	5	7
ИТОГО		16	25

ИТОГОВЫЙ РАЗДЕЛ			
Содержание	Форма работы	Количество баллов 15 %	
		min	max
	Защита отчетной документации на итоговой конференции по практике	10	15
ИТОГО		10	15

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ			
Содержание	Форма работы	Количество баллов 10 %	
		min	max
	Наличие поощрительных документов от руководства базы практики за работу	0	5
	Проведение показательных выступлений, игр, соревнований и т.д. с целью популяризации избранного вида спорта, здорового образа жизни	0	5
ИТОГО		0	10

общее количество баллов по практике (по итогам изучения всех модулей, кроме дополнительного)	min	max
ИТОГО	60	100

* Перечень форм работы текущей аттестации определяется кафедрой или ведущим преподавателем

СООТВЕТСТВИЕ РЕЙТИНГОВЫХ БАЛЛОВ И АКАДЕМИЧЕСКОЙ ОЦЕНКИ

<i>Общее количество набранных баллов</i>	<i>Академическая оценка</i>
Менее 60	Не зачтено
61-100	зачтено

Журнал рейтинг-контроля достижений обучающихся

Семестр _____ 20__ /20__ учебного года

Форма обучения _____

Институт _____

Направление подготовки _____

направленность (профиль) образовательной программы _____

Группа _____ Курс _____ Общее количество часов/зачетных единиц _____

Практика _____

Фамилия, имя, отчество преподавателя _____

№ пп	ФИО обучающегося	Количество баллов						Общая сумма баллов
		Входной раздел	Базовый раздел № 1	Базовый раздел № 2	Базовый раздел № 3	Итоговый раздел	Дополнит. раздел	

Преподаватель _____

Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в учебной программе на 2017/2018 учебный год

В учебную программу вносятся следующие изменения:

1. В соответствии с приказом «О направленности (профиле) основных профессиональных образовательных программ в КГПУ им. В.П. Астафьева» от 07.02.2017 №36(п) в рабочей программе дисциплины и в фонде оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся термин «профиль» изменен на «направленность (профиль) образовательной программы».
2. В соответствии с приказом «О внесении изменений в Положение о формировании ФОС для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования — программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре в ФГБОУ ВО «КГПУ им. В.П.Астафьева»» от 01.03.2017 №98(п) в фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся внесены изменения в Приложении 1 п. 3.2.1:

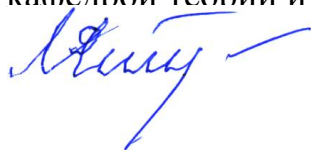
Прежнее наименование уровня	Новое наименование уровня
«высокий» уровень сформированности компетенций (87-100 баллов) отлично / зачтено»	«продвинутый» уровень сформированности компетенций (87-100 баллов) отлично / зачтено»
«продвинутый» уровень сформированности компетенций (73-86 баллов) хорошо / зачтено»	«базовый» уровень сформированности компетенций (73-86 баллов) хорошо / зачтено»
«базовый» уровень сформированности компетенций (60-72 баллов) удовлетворительно / зачтено»	«пороговый» уровень сформированности компетенций (60-72 баллов) удовлетворительно / зачтено»

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры протокол № 11 от 15.05.2017 г.

Внесенные изменения утверждаю:

Заведующий кафедрой теории и методики борьбы,

профессор




Д.Г. Миндиашвили

Директор

Департамента спортивных единоборств,

профессор



А.И.Завьялов

**КАРТА ЛИТЕРАТУРНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПРАКТИКИ
(включая электронные ресурсы)**

**производственная практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности
для обучающихся основной профессиональной образовательной программы магистратуры
по направлению подготовки 49.04.01 – «Физическая культура»
направленность (профиль) образовательной программы – Система подготовки в профессиональном спорте
по заочной форме обучения**

Наименование	Место хранения/ электронный адрес	Количество экземпляров/ точек доступа
<i>Основная литература</i>		
Ильина, Н. Ф. Методология и методика научных исследований: учебно-методическое пособие/ Н. Ф. Ильина. - Красноярск: КГПУ им. В. П. Астафьева, 2012. - 100 с.	ЧЗ(1), АНЛ(3), ОБИМФИ(4), ОБИФ(2)	10
Кожухар, В. М. Основы научных исследований: учебное пособие. - М.: Дашков и К, 2012. - 216 с.	КбМПЛ(1), АНЛ(2), АУЛ(4), ИМРЦ ИППиУО(5)	12
Шкляр, М. Ф. Основы научных исследований: учебное пособие. - 4-е изд.. - М.: Дашков и К, 2012. - 244 с.	ЧЗ(1), АНЛ(2), АУЛ(11), КбМПЛ(2), ФлЖ(1)	17
Методологические основы психологии: учебное пособие/ Н.Т. Селезнева, Л.Н. Дроздова, Е.Н. Курктова. -Красноярск: КГПУ им. В. П. Астафьева, 2010. -224 с.	ЧЗ(1),АНЛ(3),АУЛ(6)	10
Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: наука побеждать монография/ Н. Г. Озолин. - М.: Астрель: АСТ, 2006. – 863с.	ЧЗ(1), АУЛ(19), АНЛ(3), ИМЦ ФФКиС(7)	30
Психология физической культуры и спорта: учебник/ А. В. Родионов, В. Ф. Сопов, В. Н. Непопалов. - М.: Академия, 2010. - 368 с.	ЧЗ(1), АНЛ(3), ИМЦ ФФКиС(2), АУЛ(19)	25

Бабушкин, Г. Д.. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом: учебное пособие/ Г. Д. Бабушкин. - Омск: СибГУФК, 2012. - 328 с.	ЧЗ(1), АНЛ(2), АУЛ(6), ИМЦ ФФКиС(1)	10
Смирнов С.Д. Педагогика и психология высшего образования: от деятельности к личности: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М: Издательский центр «Академия», 2011. – 304 с.	ЧЗ(1)	1
<i>Дополнительная литература</i>		
Основы научной деятельности: рабочая тетрадь для самостоятельной работы студентов по дисциплине/ сост.: М. Б. Шашкина, А. В. Багачук. - Красноярск: КГПУ им. В. П. Астафьева, 2011. - 92 с.	ОБИМФИ(2)	2
Завьялова О.Б., Завьялов Д.А., Подвербная Н.И. и др. Рабочая тетрадь тренера для планирования, анализа и учета посещаемости тренировочного процесса. – Красн. гос. пед. ун-т. им. В.П. Астафьева. – Красноярск, 2014. – 102 с	КБ(6)	6
Петров, П. К.. Информационные технологии в физической культуре и спорте: учебник/ П. К. Петров. - 2-е изд., перераб.. - М.: Академия, 2011. - 288 с.	ЧЗ(1), АНЛ(3), ИМЦ ФФКиС(3), АУЛ(33)	40
Психодиагностика. Личностные и профессиональные качества: сборник/ авт.-сост.: О. Н. Истратова, Т. В. Эксакусто. - Ростов н/Д: Феникс, 2012. - 495 с.	КБПД(4), ЧЗ(1)	5
Туманян, Г. С.. Стратегия подготовки чемпионов: (настольная книга тренера)/ Г. С. Туманян. - М.: Советский спорт, 2006. - 494 с.	ИМЦ ФФКиС(1), ЧЗ(1)	2
<i>Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы</i>		
Мельчакова Г.Г., Мельчаков А.В. Педагогика физической культуры спорта: учебное пособие/ Краснояр. Гос. Пед. Ун-т им. В.П.Астафьева. – Красноярск, 2012. – 220 с.	ЧЗ(1), ИМЦ ФФКиС(1), АНЛ(3), АУЛ(20)	25
Педагогика физической культуры и спорта: методические рекомендации/ сост. Г.Г. Мельчакова, А.В. Мельчаков; Краснояр. гос.	ЧЗ(1), АНЛ(3), АУЛ(5), ИМЦ ФФКиС(1)	10

пед. ун-т им. В.П. Астафьева. – Красноярск, 2011. – 40 с.		
Чернышук, Р. И. Основы педагогического мастерства учителя: практикум/ Р. И. Чернышук. - Красноярск: КГПУ им. В. П. Астафьева, 2012. - 100 с.	ЧЗ(1), АНЛ(2)	3
Гулидов, И.Н. Педагогический контроль и его обеспечение: Учебное пособие/ И.Н. Гулидов. - М.: ФОРУМ, 2005. - 240 с.	ИМРЦ ИППуУО(1)	1
Ресурсы сети Интернет		
Мельчакова Г.Г., Мельчаков А.В. Педагогика физической культуры спорта: учебное пособие/ Краснояр. Гос. Пед. Ун-т им. В.П.Астафьева. – Красноярск, 2012. – 220 с.	http://elib.kspu.ru/document/5698	
Планирование и учёт учебно-тренировочного процесса	http://studopedia.ru/3_49695_planirovanie-i-uchet-uchebno-trenirovochnogo-protsessa.html	
Информационные справочные системы		
Библиотека Максима Мошкова	http://lib.ru	10
Научная электронная библиотека	http://www.elibrary.ru	10
Русская виртуальная библиотека	http://rvb.ru/index.html	10
Российская государственная библиотека	http://www.rsl.ru	10
Библиотека по естественным наукам	http://ben.irex.ru/ben_nn.htm	10
Библиотека конгресса США	http://lcweb.loc.gov/z3950/gateway.html	10
Библиотека МГУ им. М. В. Ломоносова	http://www.lib.msu.ru	10
Университетская библиотека	http://infolio.asf.ru	10

Карта баз практики
производственная практика по получению профессиональных умений и опыта
профессиональной деятельности
для обучающихся основной профессиональной образовательной программы
магистратуры
по направлению подготовки 49.04.01 – «Физическая культура»
направленность (профиль) образовательной программы – Система подготовки в
профессиональном спорте

по заочной форме обучения

№ пп	Вид практики	Место проведения практики (наименование организации, где проводится практика)
1	производственная практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности	<ul style="list-style-type: none"> • Автономная некоммерческая организация «Спортивный клуб Абрамова», г. Красноярск • Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «ДЮСШ», г. Дивногорск • Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования "СДЮСШОР им. В.Г. Путинцева", г. Красноярск • Краевое государственное бюджетное учреждение дополнительного образования «Специализированная детско-юношеская спортивная школа олимпийского резерва по санным видам спорта», г. Красноярск • Муниципальное автономное учреждение "Футбольный клуб "Сибиряк", г. Братск • Краевое государственное автономное учреждение «Центр молодежных инициатив «Форум», г. Красноярск • Краевое государственное автономное учреждение Региональный центр спортивных сооружений «Академия Биатлона», г. Красноярск • Общество с ограниченной ответственностью «Танцевально - спортивная студия «Джокер», г. Красноярск • Общество с ограниченной ответственностью «Сибирский бизнес сервис» фитнес клуб «Step by step», г. Красноярск • Автономная некоммерческая организация «Футбольный клуб «Енисей», г. Красноярск

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
им. В.П. Астафьева»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

ДЕПАРТАМЕНТ СПОРТИВНЫХ ЕДИНОБОРСТВ

КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ БОРЬБЫ



УТВЕРЖДЕНО
на заседании кафедры
Протокол № 3
от 05.10.2016 г.

ОДОБРЕНО
на заседании научно-методического
совета направления подготовки
Протокол № 1 от 08.12.2016 г.

ФОНД
ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации
обучающихся по практике
по получению профессиональных умений и опыта профессиональной
деятельности

Направление подготовки 49.04.01 – Физическая культура

Программа магистратуры
«Система подготовки в профессиональном спорте»

Квалификация - магистр

Составитель: Д.А. Завьялов, д.п.н., профессор

1. Назначение фонда оценочных средств

1.1. Целью создания ФОС по практике по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности является установление соответствия учебных достижений запланированным результатам обучения и требованиям основной профессиональной образовательной программы, рабочей программы практики.

1.2. ФОС по практике решает задачи:

- контроль и управление процессом приобретения обучающимися необходимых знаний, умений, навыков и уровня сформированности компетенций, определенных в ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01;

- контроль (с помощью набора оценочных средств) и управление (с помощью элементов обратной связи) достижением целей реализации ОПОП, определенных в виде набора универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций выпускников;

- обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс Университета;

- совершенствование самоподготовки и самоконтроля обучающихся.

1.3. ФОС разработан на основании нормативных документов:

- федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки **49.03.01** – Физическая культура;

- образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 – Физическая культура, направленность (профиль) образовательной программы – спортивная тренировка;

- профессионального стандарта «Тренер», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 7 апреля 2014 г. № 193н;

- Положения о формировании фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева» и его филиалах.

2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе прохождения практики по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности:

2.1. Перечень компетенций, формируемых в процессе прохождения практики по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности:

а) общекультурные:

- ОК-3 - способность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала;

в) профессиональные:

- ПК-11 - способность управлять своим физическим и психическим состояниями в целях повышения результативности тренерской деятельности;

2.2. Этапы формирования и оценивания компетенций

Компетенция	Этап формирования компетенции	Дисциплины, практики, участвующие в формировании компетенции	Тип контроля	Оценочное средство/ КИМы	
				№	Форма
ОК-3 - способность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала	Ориентировочный	Комплексный контроль в спорте Метрологические основы научного исследования в спорте Профилактика травматизма и заболеваний в процессе занятий спортом	текущий контроль	1	выполнение заданий согласно программы практики
	Когнитивный		текущий контроль		
	Праксиологический		2	текущий контроль	Оформление дневника практиканта
	Рефлексивно-оценочный			промежуточная аттестация	
ПК-11 - способность управлять своим физическим и психическим состояниями в целях повышения результативности тренерской деятельности	Ориентировочный	Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности	текущий контроль	1	выполнение заданий согласно программы практики
	Когнитивный		текущий контроль		
	Праксиологический		2	текущий контроль	Оформление дневника практиканта
	Рефлексивно-оценочный			промежуточная аттестация	

3. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

3.1. Фонды оценочных средств включают: отчетную документацию об основных результатах прохождения практики по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности.

3.2. Оценочные средства

3.2.1. Оценочное средство: отчетная документация по практике по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности

Критерии оценивания по оценочному средству 3 - отчетная документация по практике по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности:

Формируемые компетенции	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций	Пороговый уровень сформированности компетенций
	(87 - 100 баллов) отлично/зачтено	(73 - 86 баллов) хорошо/зачтено	(60 - 72 баллов)* удовлетворительно/зачтено
ОК-3 - способность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала	Обучающийся на пороговом уровне способен к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала;	Обучающийся на базовом уровне способен к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала	Обучающийся на пороговом уровне способен к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала
ПК-11 - способность управлять своим физическим и психическим состояниями в целях повышения результативности и тренерской деятельности	Обучающийся на пороговом уровне способен управлять своим физическим и психическим состояниями в целях повышения результативности тренерской деятельности ;	Обучающийся на базовом уровне способен управлять своим физическим и психическим состояниями в целях повышения результативности тренерской деятельности	Обучающийся на пороговом уровне способен управлять своим физическим и психическим состояниями в целях повышения результативности тренерской деятельности

*Менее 60 баллов – компетенция не сформирована

4. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости

4.1. Фонды оценочных средств включают: выполнение заданий по практике по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности; оформление дневника практиканта.

4.2.1. Критерии оценивания по оценочному средству 1 - выполнение заданий по практике по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности.

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Организационный раздел	
Ознакомление с нормативно-правовыми документами, регламентирующими деятельность базы практики	4
Ознакомление с администрацией и педагогическим коллективом учебно-спортивной организации	4
Проведение инструктажа по технике безопасности с занимающимися	3
Ведение дневника практиканта	4
Максимальный балл	15
Учебно-методический раздел	
Ознакомление с имеющимися методическими материалами на базе практики	3
Посещение занятий ведущих специалистов базы практики по физической культуре и спорту	6
Участие в организации показательных выступлений на праздниках СДЮШОР, ДЮСШ, ДЮКФП или соревнованиях	10
Помощь в организации и проведение спортивного праздника занимающихся, посвященного одному из государственных праздников	10
Проведение самоанализа педагогической деятельности в соответствии с требованиями к характеристике выпускника	8
Составление совместно с тренером акта на списание спортивной формы, инвентаря, оборудования	3
Максимальный балл	40
Научно-исследовательский раздел	
Проведение хронометрирования ТЗ	10
Проведение анализа динамики физической нагрузки на ТЗ	8
Проведение анализа учебно-тренировочных или физкультурно-оздоровительных занятий различной направленности и оценка их плотности и нагрузки	7
Максимальный балл	25

4.2.2. Критерии оценивания по оценочному средству 2 - оформление дневника практиканта

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Наличие дневника практиканта	2
Наличие индивидуального плана	2
Наличие анализа учебно-тренировочного занятия	2
Наличие протокола хронометрирования учебно-	2

тренировочного занятия	
Наличие пульсометрии учебно-тренировочного занятия	2
Наличие характеристики практиканта	10
Максимальный балл	20

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение фондов оценочных средств (литература; методические указания, рекомендации, программное обеспечение и другие материалы, использованные для разработки ФОС):

Основная литература

Ильина Н.Ф. Методология и методика научных исследований: учебно-методическое пособие. - Красноярск: КГПУ им. В. П. Астафьева, 2012. - 100 с.

Кожухар В. М. Основы научных исследований: учебное пособие. - М.: Дашков и К, 2012. - 216 с.

Шкляр М. Ф. Основы научных исследований: учебное пособие. - 4-е изд.. - М.: Дашков и К, 2012. - 244 с.

Методологические основы психологии: учебное пособие/ Н.Т. Селезнева, Л.Н. Дроздова, Е.Н. Куркотова. - Красноярск: КГПУ им. В. П. Астафьева, 2010. -224 с.

Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: наука побеждать монография/ Н. Г. Озолин. - М.: Астрель: АСТ, 2006. – 863с.

Психология физической культуры и спорта: учебник/ А. В. Родионов, В. Ф. Сопов, В. Н. Непопалов. - М.: Академия, 2010. - 368 с.

Бабушкин Г. Д.. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом: учебное пособие. - Омск: СибГУФК, 2012. - 328 с.

Смирнов С.Д. Педагогика и психология высшего образования: от деятельности к личности: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М: Издательский центр «Академия», 2011. – 304 с.

Дополнительная литература

Основы научной деятельности: рабочая тетрадь для самостоятельной работы студентов по дисциплине/ сост.: М. Б. Шашкина, А. В. Багачук. - Красноярск: КГПУ им. В. П. Астафьева, 2011. - 92 с.

Завьялова О.Б., Завьялов Д.А., Подвербная Н.И. и др. Рабочая тетрадь тренера для планирования, анализа и учета посещаемости тренировочного процесса. – Красн. гос. пед. ун-т. им. В.П. Астафьева. – Красноярск, 2014. – 102 с

Петров П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте: учебник. - 2-е изд., перераб.. - М.: Академия, 2011. - 288 с.

Психодиагностика. Личностные и профессиональные качества: сборник/ авт.-сост.: О. Н. Истратова, Т. В. Эксакусто. - Ростов н/Д: Феникс, 2012. - 495 с.

Туманян Г.С. Стратегия подготовки чемпионов: (настольная книга тренера). - М.: Советский спорт, 2006. - 494 с.

Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы

Мельчакова Г.Г., Мельчаков А.В. Педагогика физической культуры спорта: учебное пособие/ Краснояр. Гос. Пед. Ун-т им. В.П.Астафьева. – Красноярск, 2012. – 220 с.

Педагогика физической культуры и спорта: методические рекомендации/ сост. Г.Г. Мельчакова, А.В. Мельчаков; Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. – Красноярск, 2011. – 40 с.

Чернышук Р. И. Основы педагогического мастерства учителя: практикум. - Красноярск: КГПУ им. В. П. Астафьева, 2012. - 100 с.

Гулидов И.Н. Педагогический контроль и его обеспечение: Учебное пособие. - М.: ФОРУМ, 2005. - 240 с.

Ресурсы сети Интернет

<http://elib.kspu.ru/document/5698>

http://studopedia.ru/3_49695_planirovanie-i-uchet-uchebno-trenirovochnogo-protssessa.html

Информационные справочные системы

Библиотека Максима Мошкова

Научная электронная библиотека

Русская виртуальная библиотека

Российская государственная библиотека

Библиотека по естественным наукам

Библиотека МГУ им. М. В. Ломоносова

Университетская библиотека

6. Оценочные средства для промежуточной аттестации

6.1. Оценочное средство «Отчетная документация по практике по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности».

Отчет о прохождении практики должен включать описание проделанной работы. В качестве приложения к отчету должны быть представлены характеристика, оценочный лист, отчет-самоанализ, конспекты учебно-тренировочных занятий.

Методы, используемые для оценки практики по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности:

- наблюдение за студентами в ходе практики: анализ и оценка отдельных видов их работы;
- анализ отчетной документации по практике.

Все документы должны быть отпечатаны, оформлены в соответствии с правилами делопроизводства и представлены в отдельной папке в установленные сроки.

Практика оценивается руководителем по практике в виде зачета на основе отчета и очного наблюдения за деятельностью на практике обучающегося. Практика считается завершенной при условии выполнения студентом всех требований программы практики.

Студенты оцениваются по итогам всех видов деятельности при наличии документации по практике, защиты дневника практиканта с обязательной презентацией.

7. Оценочные средства для текущего контроля

7.1. Оценочное средство «Выполнение заданий по практике».

Задание 1. Ознакомление с документами планирования на базе практики

В период практики магистрант знакомится с основными документами планирования и контроля в учреждениях дополнительного образования и спортивных клубах, получая представление о планировании и проведении основных видов учебно-тренировочных или физкультурно-оздоровительных занятий в группах различной направленности с контингентом занимающихся, определенным уставом или положением данной организации.

Задание 2. Проведение анализа тренировочного занятия

Для выявления особенностей организации и проведения тренировочного занятия тренером практикант выполняет анализ тренировочного занятия по установленной форме.

АНАЛИЗ УРОКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ

1. Определение и конкретная формулировка учебно-воспитательных задач: (ознакомление, разучивание, повторение). Соответствуют ли они программным требованиям, условиям проведения занятия, физической подготовленности учащихся.
2. Подготовка мест занятий, санитарно-гигиеническое состояние спортзала, спортивная форма учащихся (однородность, опрятность и т.д.)
3. Своевременное начало и окончание урока, рапорт, четкость перестроений в ходе занятий, подведение итогов.
4. Распределение времени по частям урока. Последовательность подготовки организма учащихся к выполнению основной работы. Соответствие подобранных физических упражнений и действий для решения основной задачи урока.
5. Плотность занятий (объяснение, показ, выполнение заданий, простой, методические указания).
6. Характер выполнения учащимися изучаемого материала (качественно, осмысленно, добровольно, активно и т.п.)
7. Дозировка физической нагрузки (число повторений, темп, продолжительность выполнения упражнения). Кривая физиологической нагрузки (утомления).
8. Реализация дидактических принципов обучения (доступности, воспитывающего обучения и пр.).
9. Проявление деятельности привлечения на уроке активистов, помощников из числа учащихся.
10. Осуществление помощи (и страховки).
11. Использование наглядных пособий и технических средств обучения.
12. Формирование навыков самостоятельной работы учащихся. Понимание назначения данного упражнения и его влияния на организм. Знание правил его выполнения и дозировка нагрузки.
13. Дифференцированный подход к обучению, его эффективность.
14. Элемент эстетического воспитания (точность, выразительность движения, правильная, красивая осанка).
15. Поведение учащихся. Взаимоотношения с учителем.
16. Выбор учителем места на уроке. Характер ведения урока: умеренно, живо, вяло, неуверенно. Проявление требовательности к учащимся, педагогический такт.
17. Уровень усвоения учебного материала урока.
18. Применяемые методы: фронтальный, групповой, индивидуальный.
19. Какие методы обучения применяются: игровой, соревновательный, рассказ, показ.

Анализ урока пишется в повествовательной форме, без нумерации, но с учётом всех пунктов.

Анализ тренировочного занятия

Занятие проводит _____ Вид спорта _____ Группа _____
Дата _____ Место проведения _____

Подпись практиканта _____

Оценка за анализ _____

Дата _____

Подпись методиста _____

Задание 3. Проведение хронометрирования тренировочного занятия

Магистранту-практиканту необходимо провести в процессе практики сравнительный анализ плотности занятий различного вида (обучение, совершенствование, закрепление или контрольная тренировка) в одной прикрепленной группе и сделать вывод о правильности распределения тренером или студентом-практикантом нагрузки и распределения видов деятельности в зависимости от типа и направленности занятия.

Магистранту необходимо методом хронометрирования определить затраты времени на разные виды деятельности в учебно-тренировочном или физкультурно-оздоровительном занятии (объяснение, слушание, показ, наблюдение, отдых, выполнение упражнений занимающимися, простой, вспомогательные действия). Все данные занести в протокол хронометрирования занятия, определить суммарные затраты времени на разные виды деятельности (двигательная, педагогически оправданная, простой и т.д.). Определить общую и моторную плотность после анализа протокола и сделать выводы по схеме построения занятий.

Протокол хронометрирования

Учебно-тренировочного занятия № ___ в _____ группе

Дата проведения _____

Время проведения _____

Место проведения _____

Фамилия испытуемого _____

- Задачи урока: 1. _____
2. _____
3. _____

Части УТЗ	Виды деятельности	Время окончания (мин, с)	Объясн.	Выполн.	Вспом. действия	Отдых	Простой	Примеч.
1	2	3		5	6	7	8	9

Общая плотность:

$$\text{ОП} \quad \frac{\text{время, целесообразно затраченное на УТЗ}}{\text{время УТЗ}} \times 100\% =$$

Моторная плотность:

$$\text{МП} \quad \frac{\text{время, затраченное на двигательные действия}}{\text{время УТЗ}} \times 100\% =$$

График

Выводы:

Задание 4. Проведение анализа динамики физической нагрузки на ТЗ

Магистранту-практиканту необходимо определить на учебно-тренировочных или физкультурно-оздоровительных занятиях величину нагрузки по частоте сердечных сокращений (ЧСС), о которой судят по частоте пульса за 10 секунд.

**ДИНАМИКА ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКИ
И НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ИЛИ ФИЗКУЛЬТУРНО-
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЯХ**

Для этого необходимо измерить пульс у одного занимающегося до начала занятия, в ходе занятий после каждого изменения вида двигательной или умственной деятельности и в конце занятия. В протоколе пульсометрии фиксируется содержание упражнений с одновременной регистрацией времени занятия, когда произошло измерение пульса. На основании полученных данных построить график пульсометрии занятий. Сделать анализ динамики физической нагрузки (оптимальная величина соответствует частоте пульса – 160-170 ударов в минуту) на занятии и обосновать рекомендации по улучшению организации двигательной деятельности занимающихся на занятиях.

Протокол пульсометрии

Учебно-тренировочного занятия № ___ в _____ группе

Дата проведения _____

Время проведения _____

Место проведения _____

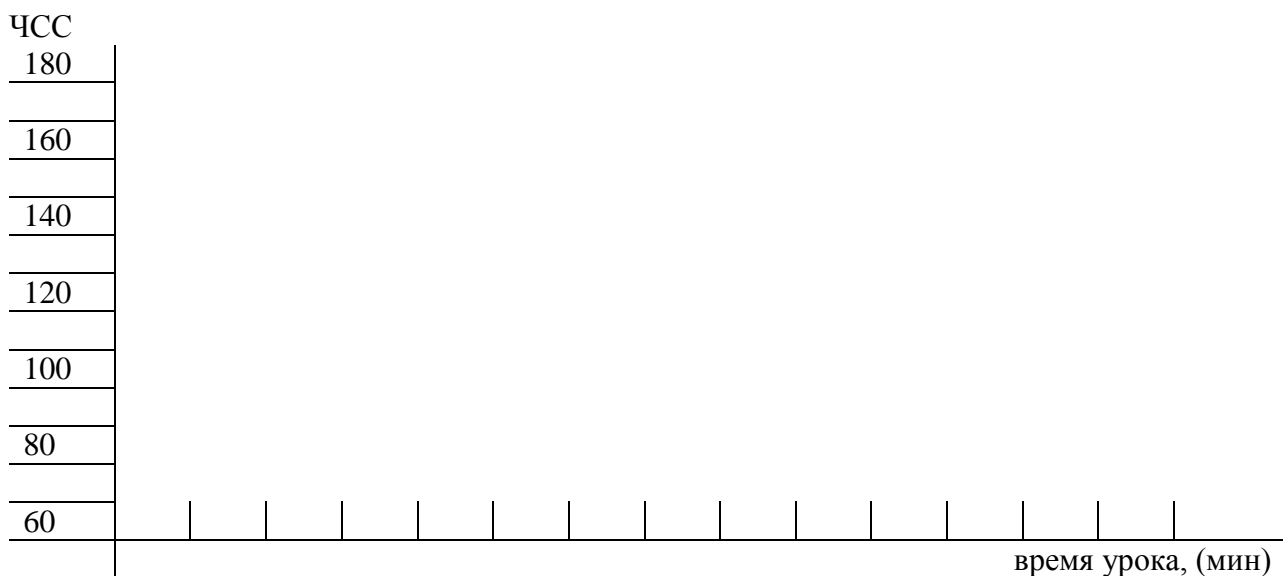
Фамилия испытуемого _____

Задачи урока: 1. _____

2. _____
3. _____

№ п/п	Минуты исследования	Вид деятельности	ЧСС, уд./мин	
			10 с	1 мин

пульсограмма



В анализе указывается:

- соответствие дозировки выполнения упражнений педагогическим целям (формирование или закрепление двигательных навыков и умений, направленное развитие и воспитание физических, психических, гуманистических качеств, чередование двигательного режима с активным отдыхом и пр.), особенностям занимающихся (пол, возраст, подготовленность, состояние здоровья и другие индивидуальные особенности), внешним условиям (время, когда проходит занятие, температура, атмосферные явления, одежда занимающихся).
- способы регулирования нагрузки на протяжении всего занятия (паузы для отдыха и чередование интенсивности упражнений, деятельность, направленная на расслабление и восстановление дыхания).
- учет педагогом внешних признаков утомления занимающихся при регулировании нагрузки (потоотделение, изменение цвета лица, учащение дыхания, нарушение координации движений, жалобы на усталость, появление болей и т.д).
- методы активизации и стимулирования занимающихся к поддержанию их высокой двигательной активности при овладении учебным материалом или совершенствовании

или закреплении приобретенных умений и навыков, а также время выполнения упражнений с околопредельными физическими нагрузками.

Выводы:

Задание 5. Подготовка характеристики практиканта по итогам практики

Методист базы практики составляет характеристику студента-практиканта по предложенной схеме.

Она представляется руководителю практики Института на отдельном листе, заверенная руководителем базы практики и скрепленная печатью. Характеристики по итогам практик хранятся в журнале практиканта

Схема

ХАРАКТЕРИСТИКА

студента-практиканта (фамилия, имя, отчество) группа, институт, учебное заведение

В характеристике должно быть отображено следующее:

- сроки практики, база практики, в качестве кого работал;
- отношение студента к обязанностям практиканта: дисциплинированность, добросовестность, трудолюбие, исполнительность, потребность в качественном овладении профессией;
 - профессионально-педагогическая, методическая, спортивно-техническая подготовленность практиканта (знание видов программы, структуры и методики проведения учебно-тренировочных или оздоровительных занятий, владение методами организации занимающихся, методами обучения и тренировки, умение организовать и проводить спортивно-массовые мероприятия);
 - личностные качества: общая и профессиональная культура, компетентность, коммуникабельность, конструктивность мышления и др.;
 - другие профессионально-педагогические качества, проявленные студентом-практикантом;
 - общая оценка за практику (отлично, хорошо, удовлетворительно) с указанием причин снижения оценки.

Подписи:

Печать организации
Дата

Руководитель организации
Методист базы практики

7.2. Оценочное средство «Оформление дневника практиканта».

Отчет по результатам прохождения практики составляется на основе:

1. Наличия и анализа выполненных заданий в процессе практики.
2. Критического самоанализа своей работы и определения степени готовности к профессиональной деятельности.
3. Сформированности профессиональных умений и навыков, способности к профессиональному саморазвитию.

Отчет по практике представляет собой дневник практиканта, в котором содержатся исчерпывающие сведения о проделанной работе, выводы и предложения по совершенствованию организации практики.

Порядок защиты отчета по практике

В течение периода практики студент формирует отчетную документацию: часть документов он разрабатывает самостоятельно (под руководством тренера или методиста), часть помещает в виде копии нормативных документов. Все виды документов в отчетной документации должны быть завизированы тренером или методистом, за урок должна быть выставлена оценка. В конце каждой недели практики каждому практиканту выставляются баллы за проделанную работу и, таким образом, формируется их рейтинг.

На итоговой конференции по практике студент выступает с кратким сообщением, в котором всесторонне отражено содержание практики через его видение, положительные и отрицательные моменты, способы устранения недостатков. После чего отвечает на вопросы методистов и руководителя практики. Сумма баллов, набранная по всем модулям, переводится в зачет.