

Министерство просвещения Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Набережночелнинский государственный педагогический университет»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ**  
**по прохождению учебной и производственной практики (по профилю**  
**специальности)**

**по модулю**

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

специальность 49.02.01 Физическая культура  
квалификация Педагог по физической культуре и спорту

г. Набережные Челны, 2020

Методические указания по прохождению учебной и производственной практики (по профилю специальности) по модулю ПМ. 01 Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта для специальности 49.02.01 Физическая культура: учебно-методическое пособие / составитель Л.Е. Школьников – Набережные Челны: НГПУ, 2020. – 38 с.

Методические указания по прохождению учебной и производственной практики (по профилю специальности) СПО составлены в соответствии с Положением о практической подготовке обучающихся осваивающих основные профессиональные образовательные программы среднего профессионального образования в ФГБОУ ВО «НГПУ» от 24 сентября 2020 г.

Методические указания содержат необходимые сведения по организации учебной и производственной (по профилю специальности) практик, обучающихся колледжа в соответствии с ФГОС СПО, а также систематизированные нормы и правила по оформлению результатов практики.

## Содержание

1	Общие положения .....	4
2	Права и обязанности обучающихся при прохождении практики.	4
3.	Организация практики.....	5
4.	Оформление результатов учебной и производственной практики (по профилю специальности).....	6
5.	Требования к оформлению отчета.....	8
	Приложение.....	12

## **1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

Практика обучающихся является составной частью образовательного процесса и составной частью основной профессиональной образовательной программы (ОПОП) среднего профессионального образования (СПО), обеспечивающей реализацию Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) СПО.

Практика имеет целью комплексное освоение обучающимися всех видов профессиональной деятельности по специальности (профессии) среднего профессионального образования, формирование общих и профессиональных компетенций, а также приобретение необходимых умений и опыта практической работы по специальности (профессии).

Видами практики обучающихся осваивающих основную профессиональную образовательную программу (ОПОП) среднего профессионального образования (СПО), являются: учебная практика и производственная практика.

Учебная практика по специальности направлена на формирование у обучающихся умений, приобретение первоначального практического опыта и реализуется в рамках профессиональных модулей.

Производственная практика (по профилю специальности) направлена на формирование у обучающегося общих и профессиональных компетенций, приобретение практического опыта и реализуется в рамках профессиональных модулей ОПОП СПО по каждому из видов профессиональной деятельности, предусмотренных ФГОС СПО по специальности.

Содержание всех видов практики определяют рабочие программы практик на основе ФГОС СПО, обеспечивающие обоснованную последовательность процесса овладения обучающимися системой профессиональных умений и навыков, целостной профессиональной деятельностью и первоначальным опытом в соответствии с требованиями ФГОС СПО по предлагаемым специальностям.

## **2. ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПРИ ПРОХОЖДЕНИИ ПРАКТИКИ**

Обучающиеся в период прохождения практики в организациях обязаны:

- соблюдать требования охраны труда, техники безопасности и пожарной безопасности, действующие в организации;
- соблюдать действующие в организации правила внутреннего трудового распорядка;
- выполнять задания, предусмотренные программами практики;
- регулярно вести в дневнике практики записи о выполняемой работе и своевременно предоставлять дневник для контроля руководителям практики от профильной организации и Университета;

– своевременно сдать отчет по практике руководителю от Университета.

Продолжительность рабочего дня обучающихся при прохождении практики в организации (практики по профилю специальности и преддипломной практики) определяется статьями 91 и 92 Трудового кодекса РФ и составляет:

- для обучающихся в возрасте до 16 лет - не более 24 часов в неделю;
- в возрасте от 16 до 18 лет - не более 35 часов в неделю;
- в возрасте от 18 и старше - не более 40 часов в неделю;
- для обучающихся, являющихся инвалидами I или II группы, - не более 35 часов в неделю.

### **3. ОРГАНИЗАЦИЯ ПРАКТИКИ**

#### **3.1 Организация учебной практики**

Все обучающиеся перед началом практики обязаны присутствовать на организационном собрании, которое проводит руководитель практики от Университета - преподаватель дисциплины профессионального цикла.

На организационном собрании обучающиеся должны получить:

3.1.1 Инструктаж по правилам противопожарной безопасности, правил охраны труда, техники безопасности и санитарно-эпидемиологических правил и гигиенических нормативов при прохождении учебной практики.

3.1.2 Комплект документов по практике:

- Задания по учебной практике (приложение 1);
- Дневник по учебной практике (приложение 3);
- Форма аттестационного листа, содержащего сведения об уровне освоения профессиональных компетенций (приложение 4);
- Форма титульного листа на учебную практику (приложение 4)
- Форма отчета обучающегося о прохождении практики (приложение 6);
- Образцы оформления заданий учебной практики (приложения 8-21).

По итогам практики руководитель практики от Университета проводит дифференцированный зачет на основании документов (дневник, аттестационный лист, отчет).

#### **3.2 Организация производственной практики (по профилю специальности)**

Все обучающиеся перед началом практики обязаны присутствовать на организационном собрании, которое проводит руководитель практики от Университета – преподаватель профессионального цикла.

На организационном собрании обучающиеся должны получить:

3.2.1. Инструктаж по правилам противопожарной безопасности, правил охраны труда, техники безопасности и санитарно-эпидемиологических правил и гигиенических нормативов при прохождении производственной практики (по профилю специальности).

### 3.2.2 Комплект документов по практике:

- Задания по производственной практике (по профилю специальности) (приложение 2);
- Дневник по производственной практике (по профилю специальности) (приложение 3);
- Форма аттестационного листа, содержащего сведения об уровне освоения профессиональных компетенций (приложение 4);
- Форма титульного листа на производственную практику (по профилю специальности) (приложение 5).
- Форма отчета обучающегося о прохождении практики (приложение 7);
- Образцы оформления заданий производственной практики (по профилю специальности) (приложения 8-21).

По итогам практики руководитель практики от Университета проводит дифференцированный зачет на основании документов (дневник, аттестационный лист, отчет).

## 4. ОФОРМЛЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ УЧЕБНОЙ И ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ

4.1. В ходе практики обучающиеся ведут **ДНЕВНИК ПРАКТИКИ**. Дневник и отчет по практике являются отчетными документами, характеризующими и подтверждающими прохождение обучающимся практики.

Содержание дневника по практике должно соответствовать программам учебной и производственной практики.

### Требования к ведению Дневника по практике:

- Записи в дневнике должны вестись ежедневно и содержать перечень выполненных работ за день.
- Дневник ежедневно просматривает руководитель практики от профильной организации.
- По окончании практики дневник по производственной практике заверяется печатью организации, где проходил практику обучающийся.
- Дневник прилагается к отчету по практике и сдается для проверки руководителю практики от Университета.
- Приложения (в качестве приложения к Дневнику практики обучающиеся оформляют графические, аудио-, фото-, видео- материалы, подтверждающие практический опыт, полученный на практике).

4.2. На протяжении всего периода учебной/производственной практики в профильной организации обучающийся должен в соответствии с программой практики собирать и обрабатывать необходимый материал, а затем представить его в виде оформленного **ОТЧЕТА ПО УЧЕБНОЙ/ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКЕ** своему руководителю по практике от Университета. Отчет о учебной/производственной практике

является основным документом обучающегося, отражающим, выполненную им работу, во время практики.

Отчет должен включать текстовый, графический и другой иллюстрированный материалы в зависимости от заданий по практике.

По завершении практики обучающиеся представляют на кафедру (руководителю практики от Университета) отчет по практике.

Структура отчета по прохождению практики:

1. Титульный лист.
2. Задание по практике.
3. Аттестационный лист практики с подписью руководителя и печатью организации.
4. Отчет обучающегося о прохождении практики.
5. Дневник практики и материалы выполненных заданий.

Оценка по производственной практике выставляется на основании данных аттестационного листа, в котором содержатся сведения об уровне освоения обучающимся профессиональных компетенций.

Формирование аттестационного листа осуществляют совместно руководитель практики от Университета и руководитель практики от профильной организации.

Практика завершается дифференцированным зачетом при условии положительного аттестационного листа по практике об уровне освоения профессиональных компетенций; полноты и своевременности представления дневника практики и отчета о практике в соответствии с заданием на практику.

4.3 Отчеты по практике и дифференцированный зачет могут быть оценены на «отлично» (5), «хорошо» (4), «удовлетворительно» (3) или «неудовлетворительно» (2). При оценке обучающихся принимается во внимание своевременность предоставления отчета, его содержание, наличие всех предусмотренных документов и материалов, чистота и качество оформления, наличие заверяющих подписей и печатей, полнота и степень освоения общих и профессиональных компетенций (по аттестационному листу), грамотность, умение на практике применять теоретические знания, различные формы и методы профессиональной деятельности.

Оценка «5» (отлично) – ставится за работу, которая отвечает всем требованиям и не содержит ошибок. Обучающийся полностью выполнил программу практики, продемонстрировал глубокие теоретические знания, освоенные общие и профессиональные компетенции, практический опыт, умения и навыки. Обучающийся своевременно предоставил руководителю практики от Университета в полном объеме заполненные и оформленные документы, перечисленные в п. 3.2.2.

Оценка «4» (хорошо) – ставится за работу, которая отвечает всем требованиям, но имеет незначительные неточности, опiski и грамматические ошибки. Обучающийся выполнил программу практики в полном объеме, продемонстрировал хорошую теоретическую подготовку, освоенные общие и профессиональные компетенции, практический опыт,

умения и навыки. Обучающийся своевременно предоставил руководителю практики от Университета, заполненные и оформленные документы согласно п. 3.2.2 настоящих Методических указаний, в которых имеются незначительные неточности и ошибки.

Оценка «3» (удовлетворительно) – ставится за работу, при выполнении которой нарушены методические требования, отчетная документация оформлена небрежно, имеются грамматические ошибки. Обучающийся продемонстрировал частичное усвоение теоретических знаний, уровень освоения общих и профессиональных компетенций, полученных практического опыта, умений и навыков в рамках профессионального модуля в основном обеспечивает ориентирование в производственных процессах объекта прохождения практики, программа практики в основном выполнена. Обучающийся предоставил руководителю несвоевременно и/или небрежно, с ошибками или частично заполненные документы по практике согласно п. 3.2.2 выполнены с оценкой не ниже «удовлетворительно».

Оценка «2» (неудовлетворительно) – ставится за невыполнение программы практики, не предоставление или предоставление неотработанных в полном объеме или выполненных неверно, с большим количеством ошибок отчетных документов. Если обучающийся не выполнил программу практики и/или не представил в срок отчетную документацию.

Результаты прохождения учебной и производственной практики учитываются при прохождении государственной итоговой аттестации.

Обучающиеся, не прошедшие практику или получившие неудовлетворительную оценку, не допускаются к прохождению государственной итоговой аттестации.

Обучающиеся, не выполнившие программы практик по уважительной причине, направляются на практику повторно по индивидуальному плану.

К обучающимся, не выполнившим программы практики без уважительной причины или получившим отрицательную оценку при защите отчета по практике, применяются правила положения о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по программам среднего профессионального образования в Университете.

По результатам практик могут проводиться конференции, круглые столы, выставки отчетов о практике, просмотры работ, графических, аудио-, фото-, видео-, материалов, наглядных образцов изделий, подтверждающих практический опыт обучающихся, полученный на практике.

Обучающиеся, не выполнившие программу практики по уважительной причине, направляются на практику повторно в свободное от учебы время.

## **5. ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ ОТЧЕТА**

Отчет должен быть выполнен печатным способом с использованием компьютера и принтера на одной стороне листа белой бумаги одного сорта формата А4 (210х297 мм), без рамки, с полями: левое – 30 мм, верхнее и



нижнее – 20 мм, правое – 10 мм. Количество строк на одной странице должно включать не менее 30, текст печатается через 1,5 интервала, шрифт Times New Roman (кегель № 14).

Все страницы отчета нумеруются по порядку без пропусков и повторений. Первой страницей считается титульный лист, на котором нумерация страниц не ставится, на следующей странице ставится цифра «2» и т.д. Порядковый номер страницы печатают на середине верхнего поля страницы.

При оформлении титульного листа используется шрифт Times New Roman, размер шрифта – 14 пт, междустрочный интервал – 1.

Переносы слов в надписях титульного листа не допускаются.

Титульный лист отчета и дневника не нумеруется, но включается в общую нумерацию.

В тексте не допускаются сокращения слов, кроме установленных правилами русской орфографии, пунктуации (т.е. – то есть, см – сантиметр, кг – килограмм, гг. – годы, вв. – века и т.п.).

Не допускаются разного рода текстовые вставки и дополнения, помещенные на отдельных страницах или оборотной стороне листа, а также переносы целых абзацев текста в другие места с пометкой: «продолжение на стр...».

Титульный лист отчета и дневника оформляется обучающимся по образцу, данному в Приложении.

Главы имеют порядковую нумерацию в пределах всего отчета и обозначаются арабскими цифрами с точкой в конце, например: Глава 1. или Глава 2. и т.д. Параграфы нумеруются арабскими цифрами, например, 1.1., 1.2, 1.3, 2.1, 2.2, 2.3. Введение и заключение не нумеруются.

Заголовки глав пишут симметрично тексту прописными буквами с расстоянием до последующего текста 10 мм (одна пустая строка), параграфов – с абзаца строчными буквами, первая буква – прописная (заглавная). Номер соответствующей главы и параграфа ставят в начале заголовка. Точку в конце заголовков не ставят, слова в заголовках не переносят, заголовки не подчеркивают. Очередную главу необходимо начинать на новом листе, после окончания предыдущей главы. Не допускается писать заголовок главы на одном листе, а его текст – на другом.

Таблицы.

Таблицы, используемые в отчете, размещают под текстом, в котором впервые дана ссылка на них, или на следующей странице, а при необходимости – в приложении к отчету. Таблицы нумеруют арабскими цифрами сквозной нумерацией или в пределах главы (раздела). На все таблицы должны быть приведены ссылки в тексте отчета. При ссылке следует писать слово «Таблица» с указанием ее номера.

Таблицу с большим количеством строк допускается переносить на другую страницу, при этом заголовок таблицы помещают только над ее первой частью, а над переносимой частью пишут слово «Продолжение табл.». Если в отчете несколько таблиц, то после слова «Продолжение» указывают номер

таблицы, а само слово «таблица» пишут сокращенно, например: «Продолжение табл. 1». Каждая таблица должна иметь заголовок. Над заголовком таблицы в правой стороне листа помещают надпись «Таблица» с указанием арабскими цифрами номера таблицы. Нумерация таблиц сквозная в пределах отчета или раздела. Если таблица одна, то она не нумеруется, а в тексте слово «Таблица» пишется полностью.

Цифры в графах таблиц должны проставляться так, чтобы разряды чисел во всей графе были расположены один под другим. В одной графе количество десятичных знаков должно быть одинаковым. Если данные отсутствуют, то в графах ставят знак тире. Округление числовых значений величин до первого, второго и т.д. десятичного знака для различных значений одного и того же наименования показателя должно быть одинаковым.

На все таблицы в тексте отчета должны быть даны ссылки с указанием их порядкового номера, например: «... в таблице 2».

Таблицы оформляют в соответствии с требованиями ГОСТ 2.105.

#### Иллюстрации

Иллюстративный материал может быть представлен рисунками, фотографиями, картами, графиками, чертежами, схемами, диаграммами и другим подобным материалом. Иллюстрации, используемые в отчете, размещают под текстом, в котором впервые дана ссылка на них, или на следующей странице, а при необходимости – в приложении к отчету. Допускается использование приложений нестандартного размера, которые в сложенном виде соответствуют формату А4. Иллюстрации нумеруют арабскими цифрами сквозной нумерацией или в пределах главы (раздела). На все иллюстрации должны быть приведены ссылки в тексте отчета. При ссылке следует писать слово «Рисунок» с указанием его номера. Иллюстративный материал оформляют в соответствии с требованиями ГОСТ 2.105.

#### Формулы.

При оформлении формул в качестве символов следует применять обозначения, установленные соответствующими национальными стандартами. Пояснения символов должны быть приведены в тексте или непосредственно под формулой. Формулы в тексте отчета следует нумеровать арабскими цифрами сквозной нумерацией или в пределах главы (раздела). Номер заключают в круглые скобки и записывают на уровне формулы справа. Формулы оформляют в соответствии с требованиями ГОСТ 2.105.

#### Оформление списка сокращений и условных обозначений.

Сокращение слов и словосочетаний на русском и иностранных европейских языках оформляют в соответствии с требованиями ГОСТ 7.11 и ГОСТ 7.12. Применение в отчете сокращений, не предусмотренных вышеуказанными стандартами, или условных обозначений предполагает наличие перечня сокращений и условных обозначений. Наличие перечня не исключает расшифровку сокращения и условного обозначения при первом

упоминании в тексте. Перечень помещают после основного текста. Перечень следует располагать столбцом. Слева в алфавитном порядке или в порядке их первого упоминания в тексте приводят сокращения или условные обозначения, справа – их детальную расшифровку. Наличие перечня указывают в оглавлении отчета.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Набережночелнинский государственный педагогический университет»

Индустриально-педагогический колледж

## ЗАДАНИЕ НА УЧЕБНУЮ ПРАКТИКУ

Обучающегося (ФИО) \_\_\_\_\_ группы \_\_\_\_\_

На УП.01.01 Учебная практика

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

Специальность 49.02.01 Физическая культура

Срок прохождения практики с «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. по «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Профессиональные компетенции	Задания
ПК 1.1 Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия	Проанализировать календарно-тематическое планирование, определить цели и задачи учебно-тренировочных занятий на период практики
ПК 1.2 Проводить учебно-тренировочные занятия	Проведение подготовительной части занятия (отчет – видео для онлайн тренировки)
ПК 1.3 Руководить соревновательной деятельностью спортсменов	Изучить состав судейской коллегии и обязанностей судей
ПК 1.4 Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях	Изучить виды педагогического контроля в физическом воспитании
ПК 1.5 Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью	Наблюдение за проведением учебно-тренировочных занятий и их анализ
ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию	Изучить понятия спортивный отбор и спортивная ориентация. Определить их цели и методы
ПК 1.7 Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь	Составить требования безопасности и санитарии к местам проведения занятий и спортивному инвентарю (в избранном виде спорта)
ПК 1.8 Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов	Разработать фрагмент план-конспекта учебно-тренировочного занятия (подготовительной части – с учетом специфики вида спорта). Разработать микро цикл тренировочных занятий в избранном виде спорта

Руководитель практики от Университета

\_\_\_\_\_  
(подпись, Ф.И.О.)

Согласовано

Руководитель практики от организации

\_\_\_\_\_  
(должность, подпись, Ф.И.О.) МП

Дата выдачи задания «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Ознакомлен \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(подпись, ФИО обучающегося)

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

«Набережночелнинский государственный педагогический университет»

Индустриально-педагогический колледж

## ЗАДАНИЕ НА ПРОИЗВОДСТВЕННУЮ ПРАКТИКУ (ПП.01.01)

Обучающегося (ФИО) \_\_\_\_\_ группы \_\_\_\_\_  
 На Производственную практику (по профилю специальности (ПП.01.01))  
 По ПМ.01 Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство  
соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта  
 Специальность 49.02.01 Физическая культура  
 Срок прохождения практики с \_\_\_\_\_ по \_\_\_\_\_ г.

Профессиональные компетенции	Задания
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия	Самостоятельно определить цель и задачи учебно-тренировочных занятий в соответствии с календарным планом. Составить тематический план занятий на период прохождения практики. Разработать мезоцикл и макроцикл, планы-конспекты занятий
ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия	Провести не менее пяти учебно-тренировочных занятий
ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов	Разработать положение о проведении соревнования/конкурса
ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях	Провести пульсометрию контрольного учебного занятия и ее анализ
ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью	Проанализировать проведение одного учебно-тренировочного занятия, проведенного сокурсником и самоанализ контрольного занятия
ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию	Изучить критерии спортивного отбора в избранном виде спорта
ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь	Осуществлять подбор, эксплуатацию и подготовку спортивного оборудования и инвентаря, необходимого для проведения занятий
ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов	Оформить в соответствии с требованиями планы-конспекты учебно-тренировочных занятий, положения о проведении соревнований/конкурса по избранному виду спорта

Руководитель практики от Университета \_\_\_\_\_  
 (подпись, Ф.И.О.)

Согласовано

Руководитель практики от организации \_\_\_\_\_  
 (должность, подпись, Ф.И.О.) МП

Дата выдачи задания «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Ознакомлен \_\_\_\_\_  
 (подпись, ФИО обучающегося)

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Набережночелнинский государственный педагогический университет»  
Индустриально-педагогический колледж

## ЗАДАНИЕ НА ПРОИЗВОДСТВЕННУЮ ПРАКТИКУ (ПП.01.02)

Обучающегося (ФИО) \_\_\_\_\_ группы \_\_\_\_\_  
 На Производственную практику (по профилю специальности ПП.01.02)  
 По ПМ.01 Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство  
соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта  
 Специальность 49.02.01 Физическая культура  
 Срок прохождения практики с \_\_\_\_\_ по \_\_\_\_\_

Профессиональные компетенции	Задания
ПК 1.1 Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия	Самостоятельно определить цель и задачи учебно-тренировочных занятий в соответствии с календарным планом. Составить тематический план занятий на период прохождения практики. Составить 3 плана-конспекта последовательных учебно-тренировочных занятий
ПК 1.2 Проводить учебно-тренировочные занятия	Провести не менее <b>девяти</b> учебно-тренировочных занятий по _____
ПК 1.3 Руководить соревновательной деятельностью спортсменов	Принять участие в проведении соревнования в качестве _____
ПК 1.4 Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях	Проведение врачебно-педагогического контроля методом функциональных проб (проба Руфье). Проведение хронометража контрольного учебно-тренировочного занятия и его анализ.
ПК 1.5 Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью	Наблюдение и анализ <b>двух</b> учебно-тренировочных занятий, проведенных сокурсниками. Рефлексия (самоанализ) контрольного учебно-тренировочного занятия
ПК.1.6 Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию	Изучить этапы спортивного отбора в избранном виде спорта
ПК 1.7 Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь	Осуществлять подбор, эксплуатацию и подготовку спортивного оборудования и инвентаря, необходимого для проведения занятий
ПК 1.8 Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов	Оформить в соответствии с требованиями планы-конспекты учебно-тренировочных занятий; документации; обеспечивающей учебно-тренировочный процесс, положения о проведении соревнований/конкурса по избранному виду спорта. Составить отчет о проведении соревнования.

Руководитель практики от Университета \_\_\_\_\_  
(подпись, Ф.И.О.)

Согласовано

Руководитель практики от организации \_\_\_\_\_  
(должность, подпись, Ф.И.О.) МП

Дата выдачи задания «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Ознакомлен \_\_\_\_\_  
(подпись, ФИО обучающегося)

**Форма дневника**

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Набережночелнинский государственный педагогический университет»  
Индустриально-педагогический колледж

ДНЕВНИК ПРОХОЖДЕНИЯ  
УЧЕБНОЙ/ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ (ПО ПРОФИЛЮ  
СПЕЦИАЛЬНОСТИ)

\_\_\_\_\_ *фамилия, имя, отчество обучающегося (полностью)*  
курс \_\_\_\_\_ группа \_\_\_\_\_

Специальность \_\_\_\_\_  
*шифр и наименование специальности*

Место прохождения практики: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ *наименование предприятия, организации, учреждения*

Занимаемая должность и фамилия руководителя практики от  
организации \_\_\_\_\_

Дата начала практики: \_\_\_\_\_ г.

Дата окончания практики: \_\_\_\_\_ г.

**Сведения о работе, выполненные в период прохождения практики**

<b>Дата</b>	<b>Краткое содержание работы</b>	<b>Выполнено/не выполнено</b>	<b>Подпись руководителя от профильной организации</b>

Обучающийся \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ ( ФИО )  
*подпись*



**Форма аттестационного листа**

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Набережночелнинский государственный педагогический университет»  
Индустриально-педагогический колледж

**АТТЕСТАЦИОННЫЙ ЛИСТ****УЧЕБНОЙ/ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ (ПО ПРОФИЛЮ  
СПЕЦИАЛЬНОСТИ)**

по профессиональному модулю

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

\_\_\_\_\_  
*фамилия, имя, отчество обучающегося (полностью)*

курс \_\_\_\_\_ группа № \_\_\_\_\_

Специальность 49.02.01 Физическая культура

Место проведения практики \_\_\_\_\_  
*наименование профильной организации*

Сроки проведения практики с \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ г. по \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ г.

**Заключение об освоении профессиональных компетенций**

п/п	Код компетенции	Формулировка компетенции	Критерии оценки освоения компетенций			
			Отлично	Хорошо	Удовлетворительно	Неудовлетворительно
1.	ПК 1.1	Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия				
2.	ПК 1.2	Проводить учебно-тренировочные занятия				
3.	ПК 1.3	Руководить соревновательной деятельностью спортсменов				
4.	ПК 1.4	Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях				
5.	ПК 1.5	Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью				
6.	ПК 1.6	Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию				
7.	ПК 1.7	Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное				

		оборудование и инвентарь				
8.	ПК 1.8	Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов				

Теоретическая подготовка, умение применять теорию на практике \_\_\_\_\_  
(Не удовлетворительно, удовлетворительно, хорошо, отлично)

Соблюдение производственной дисциплины на рабочем месте \_\_\_\_\_  
(да / нет)

Регулярное ведение дневника и выполнение видов работ, предусмотренных программой практики \_\_\_\_\_  
(да / нет)

Качественный уровень и степень подготовленности обучающегося к самостоятельному выполнению профессиональных работ \_\_\_\_\_  
(Не удовлетворительно, удовлетворительно, хорошо, отлично)

Профессиональные и личностные качества, которые проявил обучающийся во время практики \_\_\_\_\_

(добросовестность, инициативность, уравновешенность, умение налаживать контакт, отношение с коллегами и др.) \_\_\_\_\_

Обучающийся \_\_\_\_\_ заслуживает  
оценку \_\_\_\_\_  
(неудовлетворительно, удовлетворительно, хорошо, отлично)

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

Руководитель практики  
от Университета

\_\_\_\_\_  
Подпись                      инициалы, фамилия

Руководитель практики  
от профильной организации

\_\_\_\_\_  
Подпись                      инициалы, фамилия

**Форма титульного листа отчета обучающегося**

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Набережночелнинский государственный педагогический университет»  
Индустриально-педагогический колледж

**ОТЧЕТ О ПРОХОЖДЕНИИ  
УЧЕБНОЙ/ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ (ПО ПРОФИЛЮ СПЕЦИАЛЬНОСТИ)**

---

*фамилия, имя, отчество обучающегося (полностью)*

Курс \_\_\_\_\_ Группа \_\_\_\_\_

Специальность 49.02.01 Физическая культура

Место прохождения практики: \_\_\_\_\_

---

*наименование предприятия, организации, учреждения*

Дата начала практики: \_\_\_\_\_ г.

Дата окончания практики: \_\_\_\_\_ г.

Руководитель практики  
от Университета

Руководитель практики  
от профильной организации

\_\_\_\_\_  
*Подпись                      инициалы, фамилия*

\_\_\_\_\_  
*Подпись                      инициалы, фамилия*

МП

## Форма отчета обучающегося по учебной практике

Отчет обучающегося по  
УЧЕБНОЙ ПРАКТИКЕ

ФИО обучающегося

Обучающегося \_\_\_\_\_ курса \_\_\_\_\_ группы

Специальность 49.02.01 Физическая культура

Место прохождения практики: \_\_\_\_\_

наименование предприятия, организации, учреждения

Дата начала практики: \_\_\_\_\_ г. Дата окончания практики: \_\_\_\_\_ г.

В ходе практики познакомился с \_\_\_\_\_, организационной структурой, историей развития спортивной школы,

Прошел инструктаж по технике безопасности и ознакомился с должностными инструкциями \_\_\_\_\_ (наименование должности).

Основной задачей практической работы стало ознакомление с основными аспектами тренерской работы. Были изучены специализация и перспективы развития спортивной школы; порядок составления установленной отчетности; возможности использования современных информационных технологий в работе, режим работы и спортивная база.

Спортивная база данной организации представлена \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_.

Имеется необходимый спортивный инвентарь \_\_\_\_\_

Наличие *хорошей* / *недостаточной* материально-технической базы способствует качественной подготовке спортсменов. Количество учащихся в образовательной организации \_\_\_\_\_ человек.

Воспитанники принимают активное участие в соревнованиях \_\_\_\_\_.

Выполненные учебные задания:

- ознакомился с задачами и особенностями учебно-воспитательного процесса \_\_\_\_\_

- разработал \_\_\_\_\_

- составил \_\_\_\_\_

- посетил \_\_\_\_\_

- провел \_\_\_\_\_

- проанализировал \_\_\_\_\_

Основными трудностями при прохождении практики были \_\_\_\_\_

Обучающийся \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

ФИО

подпись

Дата

Руководитель практики

от Университета \_\_\_\_\_ ФИО

подпись

## Форма отчета обучающегося производственной практики

**Отчет обучающегося по  
ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКЕ (ПО ПРОФИЛЮ СПЕЦИАЛЬНОСТИ)**

*ФИО обучающегося*

Обучающегося \_\_\_\_\_ курса \_\_\_\_\_ группы

Специальность 49.02.01 Физическая культура

Место прохождения практики: \_\_\_\_\_

*наименование предприятия, организации, учреждения*

Дата начала практики: \_\_\_\_\_ г. Дата окончания практики: \_\_\_\_\_ г.

В ходе практики познакомился с организационной структурой, историей развития спортивной школы.

Прошел инструктаж по технике безопасности и ознакомился с должностными инструкциями \_\_\_\_\_ (наименование должности). Основной задачей практической работы стало ознакомление с основными аспектами тренерской работы. Были изучены специализация и перспективы развития спортивной школы; порядок составления установленной отчетности; возможности использования современных информационных технологий в работе, режим работы и спортивная база.

Спортивная база данной организации представлена \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_.

Имеется необходимый спортивный инвентарь \_\_\_\_\_

Наличие *хорошей / недостаточной* материально-технической базы способствует качественной подготовке спортсменов. Количество учащихся в образовательной организации \_\_\_\_\_ человек.

Воспитанники принимают активное участие в соревнованиях \_\_\_\_\_.

Выполненные учебные задания:

- ознакомился с задачами и особенностями учебно-воспитательного процесса; \_\_\_\_\_
- разработал \_\_\_\_\_
- составил \_\_\_\_\_
- посетил \_\_\_\_\_
- провел \_\_\_\_\_

- проанализировал \_\_\_\_\_

Основными трудностями при прохождении практики были \_\_\_\_\_

Руководитель практики от Университета

Руководитель практики от организации

Подпись

инициалы, фамилия

Подпись

инициалы, фамилия

МП

## Расписание занятий спортивной секции

№ п/п	спортивные секции	Время и место проведения						
		Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вскр

## Список тренировочной группы

[illegible]

# **ЗНАКОМСТВО С УЧРЕЖДЕНИЕМ (ДЮСШ, ДЮЦ, спорт. школа и др.)**

Вид учебного заведения \_\_\_\_\_

Количество и контингент учащихся \_\_\_\_\_

Количество тренеров (преподавателей), \_\_\_\_\_  
 них имеющих категории и звания \_\_\_\_\_

Режим работы \_\_\_\_\_

Основные направления в работе \_\_\_\_\_

Основные нормативные документы, виды статистической отчетности \_\_\_\_\_

Материально-спортивная база включает \_\_\_\_\_

Основные направления в работе тренера (преподавателя) \_\_\_\_\_

Основные планирующие и отчетные документы тренера (преподавателя)  
 (учебный план, учебная программа, многолетний план подготовки команды, многолетний  
 индивидуальный план подготовки спортсменов) \_\_\_\_\_

Постановка врачебно-педагогического контроля \_\_\_\_\_

В процессе наблюдения за воспитанниками в ходе учебно-тренировочного  
 занятия выявлены:

подготовка воспитанников и их активность в  
 процессе занятия \_\_\_\_\_

учет возрастных возможностей воспитанников \_\_\_\_\_

интерес воспитанников и его \_\_\_\_\_

источники \_\_\_\_\_

другое \_\_\_\_\_

Трудности в работе \_\_\_\_\_

Характеристика базы практики за 20\_\_ - 20\_\_ уч. год. ОУ

---

(полное название учреждения)

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



## ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ГРУППЫ

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

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

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

Тренер \_\_\_\_\_

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

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

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

## **Схема анализа учебно-тренировочного занятия**

**1. Подготовка к занятию.** Санитарно-гигиеническое состояние места занятий, снарядов, инвентаря. Наличие инвентаря в соответствии с количеством учащихся. Готовность занимающихся к занятию, их одежда, обувь.

**2. Проведение учебно-тренировочного занятия.** Начало УТЗ: приход занимающихся, их готовность к занятию, эстетика внешнего вида, организованность при построении, сдача рапорта. Четкость постановки задач. Подбор упражнений и методических приемов в процессе обучения и мобилизации внимания учащихся в подготовительной части занятия. Соответствует ли содержание УТЗ поставленным задачам. Объяснение и качество показа упражнений. Правильность применения терминологии. Умение регулировать нагрузку. Взаимосвязь подготовительной части с основной. Реализация основных педагогических принципов обучения. Использование разнообразных методов организации учащихся. Применение методических приемов для активизации деятельности занимающихся. Педагогический контроль. Заключительная часть УТЗ (соответствие упражнений ее задачам). Подведение итогов, оценка деятельности учащихся на занятии. Домашнее задание (что оригинального внес студент в его содержание). Уход занимающихся с занятия (организованный или нет).

**3. Поведение занимающихся.** Отношение учащихся друг к другу на занятии. Внимание учащихся, заинтересованность, прилежание, дисциплина. Работа помощников. Оценка коллектива (дружный или нет). Поведение на занятии, отношение к педагогу.

**4. Поведение практиканта.** Как он владеет аудиторией, умеет ли организовать ее для работы, вызвать интерес, активность и какими приемами он этого достигает. Педагогический такт, тон, умение управлять группой. Командный голос, внешний вид, культура речи, показа. Пользуется ли авторитетом у занимающихся.

**5. Результаты занятия.** Выполнение поставленных задач. Качество знаний и умений, полученных на занятии. Воспитательная, образовательная и оздоровительные стороны занятия.

**6. Выводы и предложения.** Положительные и отрицательные стороны занятия. Предложения по усовершенствованию положительных сторон занятия и ликвидации отрицательных моментов. Общая оценка.

## ПРОТОКОЛ ХРОНОМЕТРАЖА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ

(по виду спорта) \_\_\_\_\_

Ф.И.О. проводившего занятие \_\_\_\_\_

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

Тема УТЗ \_\_\_\_\_

Задачи УТЗ:

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

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

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

Ф.И. наблюдаемого воспитанника, пол, возраст \_\_\_\_\_

Хронометраж проводил \_\_\_\_\_

Части УТЗ	Содержание УТЗ и виды деятельности тренера и воспитанников	Показан ия секундо мера	Виды деятельности				Про стой по вине учит еля
			Объясне ние и показ	Выполне ние упражне ний	Ожидан ие и отдых	Вспомогат ельные действия	
1	2	3	4	5	6	7	8
Подготовительная часть							
	Итого						
Основная часть							
	Итого						

Заклю- чительная часть							
	Итого						
	Всего						

#### Анализ и выводы:

**Общая плотность УТЗ** - отношение рационально затраченного времени (сумма времени 4-7 графы) к общему времени УТЗ составила \_\_\_\_\_.

*По методическим требованиям УТЗ считается (хорошим – 85-95 %/*

*удовлетворительным – 60-85 %/ неудовлетворительным ниже 60 %) Что*

*считается \_\_\_\_\_, и соответствует данному*

*показателю. Причинами такого показателя*

*являются: \_\_\_\_\_.*

\_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_.

*Общее время простоя (несвоевременное построение, опоздание, нечеткое выполнение команд к перестроению, несвоевременная подготовка инвентаря, не всегда понятное и доступное объяснение, досрочное окончание УТЗ) составило \_\_\_\_\_.*

**Моторная плотность УТЗ** - отношение времени, затраченного на выполнения упражнений (графа 5), к общему времени УТЗ \_\_\_\_\_.

Это \_\_\_\_\_ уровень (хороший – 60-65 %/

*Удовлетворительный – 50-60 %/ неудовлетворительный - ниже 50 %),*

Причинами такого показателя являются:

\_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_.

Для повышения плотности УТЗ рекомендуем:

\_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_.

Хронометраж проводил \_\_\_\_\_

подпись

Ф.И.О.

## Протокол оценки уровня физической работоспособности спортсменов тренировочной группы (функциональная проба Рuffье)

[illegible]

Вывод:

[illegible]

**САМОАНАЛИЗ****проведения зачётного тренировочного занятия**

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

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

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

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

**Организованность занятия**

Подготовленность места тренировки (оборудование, спортивный инвентарь, ТСО, наглядность): \_\_\_\_\_

Дисциплинированность и аккуратность занимающихся: \_\_\_\_\_

Обеспечение техники безопасности: \_\_\_\_\_

**Методический аспект:**

а) учет возрастных особенностей \_\_\_\_\_

б) подбор средств обучения, содержания, методов, приемов в соответствии с задачами занятия: \_\_\_\_\_

в) использование форм организации тренировочного занятия (групповой, индивидуальный, смешанный) \_\_\_\_\_

г) своевременность исправления ошибок обучающихся на занятии \_\_\_\_\_

Эффективность применения методов решения задач \_\_\_\_\_

**Психолого-педагогический аспект**

1. Мотивация ценностного отношения к занятиям спортом, достижению успеха \_\_\_\_\_

2. Развитие морально-волевых качеств личности, ответственности, исполнительности, точности, дисциплинированности, решительности, смелости и т.д. \_\_\_\_\_

3. Развитие социально-психологических качеств личности (стремление к лидерству, отношения с товарищами, взаимоотношения с тренером, умение разрешать конфликты, отсутствие агрессии) \_\_\_\_\_

**Выводы по занятию:**

Соответствие содержания тренировочного занятия поставленным задачам \_\_\_\_\_

Положительные моменты в работе тренера (организационно-методического характера) \_\_\_\_\_

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

Оценка \_\_\_\_\_ Подпись руководителя \_\_\_\_\_ Ф.И.О. \_\_\_\_\_

**ПРИМЕРНЫЙ БАЗОВЫЙ МЕЗОЦИКЛ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ**

указать вид спорта

№ п/п	Виды подготовки	Месяцы _____					
		1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя	6 неделя
1.	Общая физическая подготовка						
2.	Специальная физическая подготовка						
3.	Теоретическая подготовка						
4.	Техническая подготовка						
5.	Контрольно-переводные испытания						
6.	Участие в соревнованиях						
7.	Восстановительные мероприятия						
8.	Медицинское обследование						
9.	Инструкторская и судейская практика						
	<b>Общее количество часов</b>						

**ПРИМЕРНЫЙ МИКРОЦИКЛ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ**

указать вид спорта

№ п/п	Виды подготовки	НЕДЕЛЯ _____						
		пон	вт	ср	четв	пят	суб	воск
1.	Общая физическая подготовка							
2.	Специальная физическая подготовка							
3.	Теоретическая подготовка							
4.	Техническая подготовка							
5.	Контрольно-переводные испытания							
6.	Участие в соревнованиях							
7.	Восстановительные мероприятия							
8.	Медицинское обследование							
	<b>Общее количество часов</b>							

## Протокол пульсометрии учебно-тренировочного занятия

(по виду спорта)

Ф.И.О. проводившего занятие

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

Тема УТЗ \_\_\_\_\_

Задачи УТЗ:

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

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

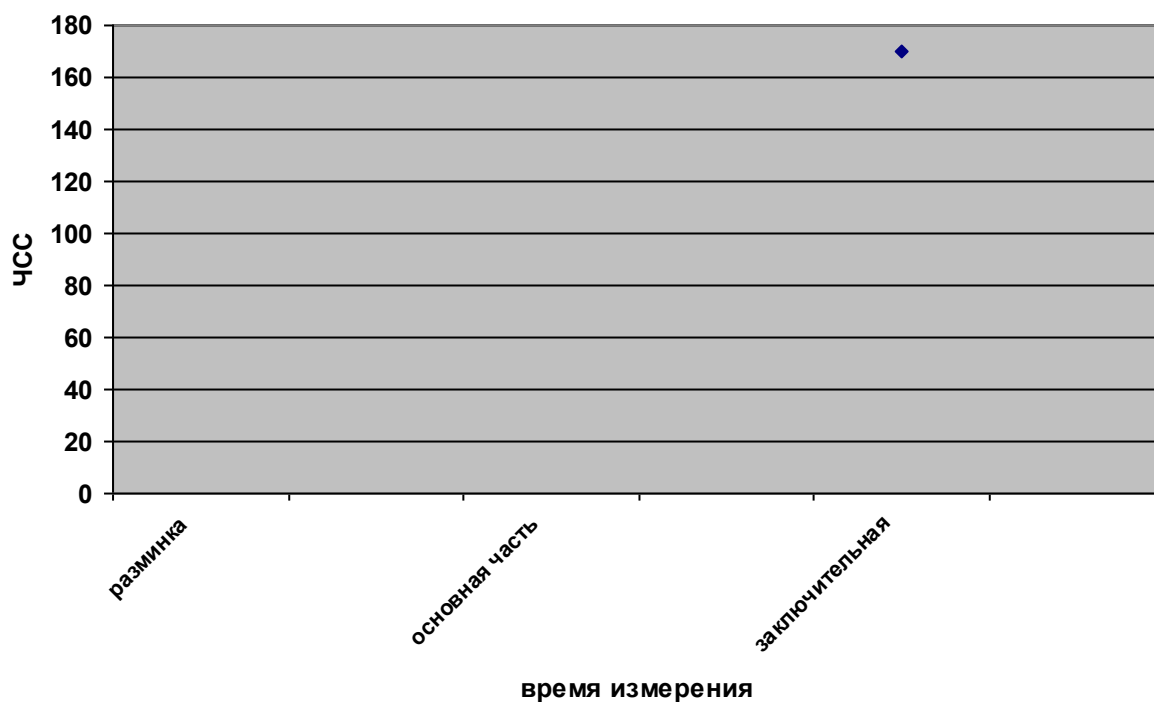
3. \_\_\_\_\_

Ф.И. наблюдаемого воспитанника, пол, возраст \_\_\_\_\_

Пульсометрию проводил \_\_\_\_\_

Части Урока	Вид деятельности	Время измерения	пульс	
			За 10 сек	За 1 мин.
1	2	3	4	5
	Исходное состояние			
Подготовительная часть				
Основная часть				
Заключительная часть				
	После занятия			





**Рис.1. Польсограмма**

#### **Анализ и выводы:**

Интенсивность нагрузки, подбор учебного материала соответствует/ не соответствует физическому состоянию детей данного возраста.

Польсограмма (рис.1.) (кривая распределения интенсивности нагрузки) имеет традиционный /нетрадиционный вид – для физически подготовленных учеников достигается довольно высокий уровень нагрузки уже к концу подготовительной части урока (за счет интенсивной разминки); затем нагрузка несколько снижается (с целью создания оптимального состояния организма учащегося перед предстоящей основной тренировочной работой); вторично увеличивается к концу основной части занятия (за счет работы над развитием физических качеств); а затем быстро снижается в заключительной части урока. Обычно получается так называемый седлообразный характер кривой распределения физической нагрузки.

На графике видно, как с начала занятия идет постепенное увеличение нагрузки (до \_\_\_\_\_ уд/мин) за счет \_\_\_\_\_ упражнений. Так как проводились \_\_\_\_\_ упражнения на месте без предметов / с предметами, интенсивность нагрузки снизилась / увеличилась до \_\_\_\_\_ уд/мин. Далее, в основной части, идет постепенное повышение / снижение ЧСС за счет выполнения \_\_\_\_\_ упражнений до \_\_\_\_\_ уд/мин. При выполнении \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_ уд/мин. При выполнении \_\_\_\_\_, где большое значение играет \_\_\_\_\_ (эмоциональный или указать

другие факторы) фактор, интенсивность нагрузки достигает максимальных величин до \_\_\_\_\_ уд/мин.

В заключительной части урока идет равномерное плавное снижение ЧСС до \_\_\_\_\_ уд/мин за счет снижения нагрузки. К концу занятия пульс воспитанника составлял \_\_\_\_\_ уд/мин. Через 10 мин. После окончания урока пульс составил \_\_\_\_\_ уд/мин. Учитывая темпы падения ЧСС, можно сделать вывод\_\_: что организм школьника \_\_\_\_\_ восстановился до исходного состояния, это является \_\_\_\_\_ показателем его \_\_\_\_\_, или \_\_\_\_\_.

Пульсометрию проводил \_\_\_\_\_  
подпись \_\_\_\_\_ Ф.И.О. \_\_\_\_\_

## ПРИМЕРНЫЙ ГОДОВОЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ

№ п/п	Виды подготовки	месяцы											
		сент	окт	нояб	дек	январ	февр	март	апр	май	июнь	июль	авг
1.	Общая физическая подготовка												
2.	Специальная физическая подготовка												
3.	Теоретическая подготовка												
4.	Техническая подготовка												
5.	Контрольно-переводные испытания												
6.	Участие в соревнованиях												
7.	Восстановительные мероприятия												
8.	Медицинское обследование												
9.	Инструкторская и судейская практика												
	<b>Общее количество часов</b>												

### Календарно-тематическое планирование на период практики

№ утз пп	Тема занятия	Цель	Задачи УТЗ

Обучающийся \_\_\_\_\_  
Подпись
инициалы, фамилия

Руководитель практики от кафедры \_\_\_\_\_

**Состав судейской коллегии**  
при проведении соревнований по \_\_\_\_\_  
(указать вид спорта)

<b>№п/п</b>	<b>Судья</b>	<b>Обязанности</b>

## ПЛАН-КОНСПЕКТ КОНТРОЛЬНОГО УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ

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

Тема \_\_\_\_\_

Цель \_\_\_\_\_

Задачи:

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

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

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

Место проведения: \_\_\_\_\_

Время проведения: \_\_\_\_\_

Инвентарь: \_\_\_\_\_

Части УТЗ	Содержание занятия	Дозировка	Организационно-методические указания

Конспект проверил: \_\_\_\_\_

Замечания по занятию:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Оценка за проведение \_\_\_\_\_

Подпись тренера/методиста \_\_\_\_\_