

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФБГОУ ВО «ЛГПУ»)**

Институт физического воспитания и спорта
Кафедра олимпийского и профессионального спорта



УТВЕРЖДАЮ

Директор Института физического
воспитания и спорта

Губарев А.А.

«20» января 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Тренерская практика (учебная)

По направлению подготовки – 49.03.04 Спорт

Профиль подготовки – Спортивная подготовка в избранном виде спорта, тренерско-преподавательская деятельность.

Квалификация выпускника – бакалавр

Форма обучения – очная/заочная

Курс ОФО 3-й (5 семестр), ЗФО 3-й (8триместр).

Луганск, 2025

Рабочая программа «Тренерская практика (учебная)» является частью основной профессиональной образовательной программы для подготовки бакалавров по направлению подготовки 49.03.04 Спорт. Спортивная подготовка в избранном виде спорта, тренерско-преподавательская деятельность очной, заочной форм обучения.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.04 Спорт, утвержденным приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 25 сентября 2019 г. N 886 (с изменениями и дополнениями) и Профессиональными стандартами, утвержденными Приказами Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации «Об утверждении профессионального стандарта» от 22 сентября 2021 г. N 652н, от 24 декабря 2020 г. N 952н.

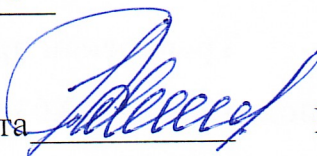
СОСТАВИТЕЛЬ:

Ст. преподаватель кафедры олимпийского и профессионального спорта
ФГБОУ ВО «Луганский государственный педагогический университет»
канд. пед. наук Попелухина С.В.

Утверждена на заседании кафедры олимпийского и профессионального спорта
Протокол от «14» 01 2025 г. № 8

И.о. заведующего кафедрой

олимпийского и профессионального спорта



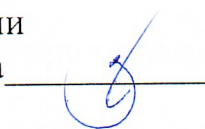
Н.А. Павлова

Одобрена на заседании учебно-методической комиссии Института
физического воспитания и спорта

Протокол от «14» 01 2025 г. № 5.

Председатель учебно-методической комиссии

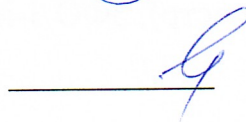
Института физического воспитания и спорта



Т.В. Загной

СОГЛАСОВАНО:

Директор Департамента образования



В.В. Савенков

« » 202 г

Структура и содержание практики

Цель и задачи тренерской практики (учебной).

Цель: формирование у студентов профессионально-педагогических умений и навыков, необходимых для самостоятельной работы и творческого выполнения основных функций тренера - преподавателя по избранному виду спорта. Формирование профессионально значимых качеств и психических свойств личности будущего специалиста в соответствии с современными требованиями к работникам педагогического труда, развитию интереса студентов к избранной профессии.

Задачи:

1. Ознакомить обучаемых с системой, реальными условиями и состоянием работы тренера-преподавателя по избранному виду спорта.
2. Проверить действенность знаний, умений и навыков, приобретаемых студентами по изучаемым теоретическим и практическим предметам и дисциплинам, для решения задач конкретной профессиональной деятельности.
3. Содействовать накоплению студентами опыта тренерско-преподавательской деятельности, развитию творческих начал в выборе средств и методов обучения и воспитания обучающейся молодежи, проявлению гностических, коммуникативных, конструктивных и организаторских умений.
4. Изучать опыт организации, постановку и планирование физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в избранном виде спорта.
5. Показать студентам, как использовать полученные в университете знания и навыки в области педагогической деятельности по избранному виду спорта с обучающимися на этапах НП (начальной подготовки) и УТ – 1 (учебно-тренировочном 1 года обучения);
6. Формировать у студентов четкое целостное представление о системе работы спортивных школ;
7. Формировать у студентов умение проводить тренировки с разновозрастным контингентом обучающихся;

2. Место практики в структуре ООП ВО.

Тренерская практика (учебная) Б2.В.01(У) относится к формируемой участниками образовательных отношений дисциплин и является обязательным видом учебной работы бакалавра по направлению подготовки 49.03.04 «Спорт» профиль «Спортивная подготовка в избранном виде спорта, тренерско-преподавательская деятельность».

Практика реализуется кафедрой олимпийского и профессионального спорта ФГБОУ ВО «ЛГПУ».

Название – тренерская.

Вид практики – учебная.

Способ проведения практики – стационарная на ОФО и выездная на ЗФО

Тренерская практика (учебная) студентов проводится в сторонних организациях (образовательных учреждениях дополнительного образования детей, спортивных школах, спортивных клубах, фитнес-центрах, бассейнах) и проводится параллельно с изучаемыми дисциплинами (рассредоточенная практика)

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижений компетенций

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижений	Результаты обучения по дисциплине
Общепрофессиональные		
ОПК – 3.	<p>ОПК – 3.1 Знать: средства, методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; организацию и методику проведения тренировочных занятий; ОПК – 3.2 Уметь; подбирать средства и методы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности для проведения занятий, составлять комплексы общеразвивающих упражнений; ОПК – 3.3 Владеть методикой проведения тренировочных занятий на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.</p>	<p>Знает средства, методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; организацию и методику проведения тренировочных занятий; Умеет подбирать средства и методы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности для проведения занятий, составлять комплексы общеразвивающих упражнений; Владеет методикой проведения тренировочных занятий на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.</p>
ОПК – 12	<p>ОПК – 12.1 Знать: особенности осуществления контроля и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов и обучающихся; ОПК – 12.2 Уметь; подбирать методы измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности</p>	<p>Знает особенности осуществления контроля и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов и обучающихся; Умеет подбирать методы измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической,</p>

	<p>спортсменов и обучающихся, интерпретировать результаты контроля;</p> <p>ОПК – 12.3</p> <p>Владеть методиками контроля с использованием методов измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов и обучающихся.</p>	<p>интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов и обучающихся, интерпретировать результаты контроля;</p> <p>Владеет методиками контроля с использованием методов измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов и обучающихся.</p>
ОПК – 13.	<p>ОПК – 13.1</p> <p>Знать: содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта;</p> <p>ОПК – 13.2</p> <p>Уметь; анализировать результаты педагогического, психологического и медико-биологического контроля для коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта;</p> <p>ОПК – 13.3</p> <p>Владеть методикой коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта.</p>	<p>Знает содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта;</p> <p>Умеет анализировать результаты педагогического, психологического и медико-биологического контроля для коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта;</p> <p>Владеет методикой коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта.</p>
ОПК – 16.	<p>ОПК – 16.1</p> <p>Знать: нормативно-правовые акты Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта, международные акты в сфере физической культуры и спорта и сфере образования;</p> <p>ОПК – 16.2</p> <p>Уметь; ориентироваться в нормативно-правовых актах Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта;</p>	<p>Знает нормативно-правовые акты Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта, международные акты в сфере физической культуры и спорта и сфере образования;</p> <p>Умеет ориентироваться в нормативно-правовых актах Российской Федерации в сфере физической культуры</p>

	<p>принимать решения и совершать действия в соответствии с законами и международными актами в сфере физической культуры и спорта и сфере образования;</p> <p>ОПК – 16.3</p> <p>Владеть навыками осуществления профессиональной деятельности в соответствии с правовыми нормами и нормами международного права в сфере физической культуры и спорта и сфере образования</p>	<p>и спорта; принимать решения и совершать действия в соответствии с законами и международными актами в сфере физической культуры и спорта и сфере образования;</p> <p>Владеет навыками осуществления профессиональной деятельности в соответствии с правовыми нормами и нормами международного права в сфере физической культуры и спорта и сфере образования</p>
Профессиональные		
ПК-1	<p>ПК – 1.1.</p> <p>Знать теорию и методику построения тренировочного процесса на основе медико-биологических, научно-методических и антидопинговых знаний;</p> <p>ПК – 1.2.</p> <p>Уметь планировать тренировочных процесс на основе медико-биологических, научно-методических и антидопинговых знаний;</p> <p>ПК – 1.3.</p> <p>Владеть навыками проведения тренировочных занятий на основе медико-биологических, научно-методических и антидопинговых знаний.</p>	<p>Знает теорию и методику построения тренировочного процесса на основе медико-биологических, научно-методических и антидопинговых знаний;</p> <p>Умеет планировать тренировочных процесс на основе медико-биологических, научно-методических и антидопинговых знаний;</p> <p>Владеет навыками проведения тренировочных занятий на основе медико-биологических, научно-методических и антидопинговых знаний.</p>
ПК-2	<p>ПК – 2.1.</p> <p>Знать особенности отбора, планирования, учета и анализа результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</p> <p>ПК – 2.2.</p> <p>Уметь проводить отбор, планировать, вести учет и анализировать результаты спортивной подготовки занимающихся на этапе</p>	<p>Знает особенности отбора, планирования, учета и анализа результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</p> <p>Умеет проводить отбор, планировать, вести учет и анализировать результаты спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования</p>

	<p>совершенствования спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</p> <p>ПК – 2.3.</p> <p>Владеть навыками отбор, планирования, ведение учета и анализа результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин).</p>	<p>спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</p> <p>Владеет навыками отбор, планирования, ведение учета и анализа результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин).</p>
ПК-3	<p>ПК – 3.1.</p> <p>Знать: особенности построения тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</p> <p>ПК – 3.2.</p> <p>Уметь проводить тренировочные занятия с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</p> <p>ПК – 3.3.</p> <p>Владеть. навыками проведения тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин).</p>	<p>Знает особенности построения тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</p> <p>Умеет проводить тренировочные занятия с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</p> <p>Владеет навыками проведения тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин).</p>

4. Содержание тренерской практики (учебной)

- организационная работа
- учебно-методическая работа, учебно-тренировочная работа
- научно-исследовательская работа

4.1. Контрольные задания

1. Разработать индивидуальный план работы на основе индивидуального задания на период практики. Согласовать календарный план-график работы практиканта.
2. Пройти инструктаж по охране труда, внутреннему трудовому распорядку, технике безопасности, пожарной безопасности и пр.

3. Изучить материально-техническое состояние спортивной базы учреждения (организации) в соответствии с требованиями федерального Государственного образовательного стандарта, правил техники безопасности и санитарно-гигиенических норм (спортивные залы, спортивные площадки, стадионы, бассейны, спортивные снаряды, инвентарь и оборудование).
4. Ознакомиться с постановкой процесса физического воспитания, принять участие в беседах с администрацией, тренерско-преподавательским составом, медицинским персоналом.
5. Разработать фрагмент календарно-тематического планирования на период практики для занимающихся в ГНП (ТГ).
6. Разработать развернутые конспекты для УТЗ различной направленности (не менее 6) для прикрепленных групп.
7. Написать отчет о выполнении программы практики. Отрастить в отчете другие виды выполненных работ: участие в организации и проведении физкультурно-оздоровительных мероприятий, досуговых мероприятий, физкультурно-массовых мероприятий и спортивных соревнований.
8. Подготовить и представить отчетные материалы к защите результатов практики, итоговой конференции (фото-отчет, презентацию).

Формы отчетности по практике:

Перечень отчетных документов представляемый после прохождения тренерской практики(учебной):

1. Индивидуальный план работы на период практики.
2. Согласованный календарный план-график работы практиканта в период практики.
3. Справка-анализ состояния организации, являющейся базой практики.
4. План спортивных и физкультурно-массовых мероприятий на период практики (или календарный год)
5. Протокол анализа учебно-тренировочного занятия, проводимого тренером.
6. 6 конспектов учебно-тренировочных занятий, в т.ч. конспект контрольного учебно-тренировочных занятия.
7. Годовой план-график группы занимающихся.
8. Протоколы тестирования уровня физической подготовленности занимающихся.
9. Положение (или) программа соревнований.
10. План беседы и презентация воспитательного мероприятия.
11. Лист учета посещаемости группы, поурочная запись на период практики.
12. Отчет по итогам тренерской практики (учебной).
14. Отзыв руководителя базы практики.

Документация предоставляется руководителю практики не позднее, чем через три дня после окончания практики.

4.2. Методические рекомендации

Индивидуальный план работы на период практики. Разработка индивидуального плана работы на период практики осуществляется студентом самостоятельно на основе изучения программы практики, плана работы группы практикантов, полученного индивидуального задания с учетом конкретных условий базы с целью создания полного представления о необходимом содержании работы и сроков ее выполнения. Все задания по разделам индивидуального плана должны быть четко сформулированы, и носить конкретный характер. В соответствующих графах указывается предполагаемая дата выполнения задания и ставится отметка о его выполнении. **На первой неделе** индивидуальный план утверждается руководителем практики, далее контролируется своевременность его выполнения.

Вид контроля по тренерской практике (учебной): зачет

Общая трудоемкость освоения тренерской (учебной) практики для очной и заочной формы обучения составляет 9 зачетных единиц, 324 часа

5. Методическое обеспечение, образовательные технологии, применяемые при проведении практики

Тренерская практика (учебная) проводится с применением следующих видов образовательных технологий:

Информационные технологии: использование электронных образовательных ресурсов (электронные конспекты, лекции, литература и т.п.) при подготовке к практическим занятиям.

Исследовательские методы в обучении: студенты самостоятельно пополняют свои знания, глубоко вникают в изучаемую проблему и предполагают пути ее решения, что важно при формировании мировоззрения.

Лекционно-семинарская зачетная система: концентрирует материал в блоки и преподносит его как единое целое, а контроль проводится по предварительной подготовке студентов.

6. Учебно-методическое и программно-информационное обеспечение практики.

6.1 Основная литература

1. Фискалов, В. Д. Спорт и система подготовки спортсменов : учебник / В. Д. Фискалов. – М. : Советский спорт, 2010 – 392 с.
2. Теория и методика физической культуры : учебник / под ред. проф. Ю. Ф. Курамшина. – М. : Советский спорт, 2007 – 464 с.
3. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж.К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М. : Академия, 2009 – 480 с.

6.2 Дополнительная литература

1. Беляев, А. В. Волейбол : учебник / А. В. Беляев, М. В. Савин. – М. : Советский спорт, 2009. – 208 с
2. Бокс: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / А. О. Акопян и др. – М. : Советский спорт, 2005 – 71 с.
3. Гимнастика : учебник / под ред. М. Л. Журавина, Н. К. Меншикова. – 5-е изд., стер. – М. : Изд. центр «Академия», 2008 – 445 с.
4. Голомазов, С. В. Теория и методика футбола. Т. 1 : Техника игры / С. В. Голомазов ; Б. Г. Чирва. – М. : ТВТ Дивизион, 2008 – 474 с.
5. Дворкин, Л. С. Тяжелая атлетика : учебник / Л. С. Дворкин. – М. : Советский спорт, 2006 – 395 с.
6. Легкая атлетика: учебник для студентов вузов / под общ. ред. Н. Н. Чеснокова, В. Г. Никитушкина. – М. : Физическая культура, 2010 – 440 с.
7. Нестеровский, Д. И. Баскетбол : Теория и методика обучения : учебное пособие / Д. И. Нестеровский. – М. : Академия, 2004 – 336 с.
8. Пармузина, Ю. В. Основы фитнес-аэробики : учебно-методическое пособие / Ю. В. Пармузина, Е. П. Горбанева. – Волгоград : ФГОУВПО «ВГАФК», 2011 – 144 с.
9. Спортивные игры : Совершенствование спортивного мастерства : Учеб. для студ. высш. учеб. заведений / Ю. Д. Железняк, Ю. Д. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков; Под ред. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. – М: Издательский центр «Академия», 2004 – 400 с.
10. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений / Ю. Д. Железняк, Ю. Д. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков; Под ред. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. – М : Издательский центр «Академия», 2006 – 520 с.
11. Фискалов, В. Д. Теоретические основы подготовки спортсменов : учебное пособие по циклу специальных дисциплин / В. Д. Фискалов, В. П. Черкашин. – Волгоград: ВГАФК, 2006 – 245 с.

7. Информационные технологии и программное обеспечение практики.

1. <https://www.elibrary.ru> eLIBRARY.RU Крупнейший российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования.
2. <https://e.lanbook.com/> ЭБС «ЛАНЬ» Электронно-библиотечная система предоставляющая образовательным организациям доступ к электронным версиям книг ведущих издательств учебной, научной,

профессиональной литературы и периодики по различным направлениям подготовки.

3. <http://library.vgafk.ru/> «Электронные копии» из библиотеки НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург Право использования электронных копий учебных и учебно-методических изданий

8. Материально-техническая база практики.

Для успешного освоения программы практики обучающиеся имеют право пользоваться материально-технической базой организаций, которые являются базами практики в соответствии с заключенными договорами, имеющими необходимую спортивную базу, соответствующую требованиям федерального государственного образовательного стандарта, правилам техники безопасности и санитарно-гигиеническим нормам (спортивные залы, спортивные площадки, стадионы, бассейны, комплекты оборудования для гимнастики, ОФП, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр), а также, методический кабинет для работы с программно-нормативными и учебно-методическими документами; информационно-технические средства (аудио-видеозаписывающую и воспроизводящую аппаратуру, мультимедийное обеспечение) для проведения воспитательных и спортивно-массовых мероприятий.