

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»

Институт дополнительного образования

Кафедра водных видов спорта

Рабочая программа практики

ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ ПРАКТИКА

для обучающихся по дополнительной профессиональной программе
профессиональной переподготовки
«Тренер-преподаватель по избранному виду спорта»

Форма обучения: очная, очно-заочная

Москва, 2025

Программа утверждена и рекомендована к использованию
Межфакультетским советом РУС «ГЦОЛИФК»,
протокол № 01-09-25 от «25» сентября 2025 г.

Разработчик:

Чистова Н.А. – к.п.н., доцент кафедры водных видов спорта, зам. директора Института дополнительного образования РУС «ГЦОЛИФК»

Рецензент:

Павлова Т.Н. – к.п.н., доцент

Программа практики составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (далее – ФГОС ВО) - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.04 «Спорт», утвержденного приказом Минобрнауки России от 25 сентября 2019 г. № 886; Профессионального стандарта 05.003 «Тренер», утвержденного приказом Минтруда России от 27 апреля 2023 г. № 362н; на основе учебного плана ДПП ПП «Тренер-преподаватель по избранному виду спорта».

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОХОЖДЕНИЯ ПРАКТИКИ

Целью прохождения профессионально-ориентированной практики является закрепление теоретических представлений и знаний слушателей, овладение на этой основе профессиональными умениями и навыками, необходимыми в практической деятельности тренера при организации и проведении учебно-тренировочной, воспитательной и спортивной работы с занимающимися на различных этапах спортивной подготовки.

Задачи практики:

- изучить систему работы базы практики, особенности управления организациями, работающими в сфере физической культуры и спорта, содержание деятельности тренера, особенности организации и условия проведения тренировочного процесса на базе практики;

– довести качество педагогических умений и навыков до уровня, позволяющего самостоятельно решать практические задачи подготовки спортсменов на различных этапах;

– содействовать дальнейшему формированию профессионально значимых качеств личности, обусловливающих устойчивый интерес, активное и творческое отношение к работе тренера.

2. МЕСТО ПРАКТИКИ В СТРУКТУРЕ ПОДГОТОВКИ СЛУШАТЕЛЯ

Профессионально-ориентированная практика является неотъемлемой частью подготовки слушателя по ДПП ПП «Тренер-преподаватель по избранному виду спорта».

Практика проводится с целью преобразования теоретических знаний в широкий комплекс профессиональных умений и навыков, необходимых для решения практических задач спортивной подготовки в избранном виде спорта. Профессионально-ориентированная практика является важнейшей основой для формирования углубленного понимания будущей профессиональной деятельности слушателя.

Для решения поставленных задач практики необходимо предшествующее прохождение таких базовых дисциплин, как «Медико-биологические основы физической культуры и спорта», «Основы биомеханики и биомеханического контроля в спорте», «Психолого-педагогические основы физической культуры и спорта», «Правовые основы профессиональной деятельности», «Теория и методика физической культуры и спорта», «Базовые виды спорта (гимнастика, легкая атлетика, плавание, спортивные игры)», а также специальных дисциплин «Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта» и «Основы антидопингового обеспечения». Завершается практика зачетом.

3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Слушатель в результате освоения дисциплины должен обладать следующими компетенциями и соответствующими им знаниями, умениями и навыками (практическим опытом):

Профессиональные компетенции

ПК-1.1 - Способность осуществлять подготовку, проведение и анализ результатов тренировочных занятий со спортсменами по общей физической подготовке по виду спорта.

Знать:

- Стандарты и процедуры допинг-контроля в спорте;
- Правила допуска спортсменов к тренировочным мероприятиям по виду спорта
- Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта

- Виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий по общей физической подготовке по виду спорта
- Методики контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека
- Методы оценки и учета параметров уровня общей физической подготовленности спортсменов
 - Предельный объем тренировочной нагрузки по виду спорта
 - Особенности построения процесса общей физической подготовки в виде спорта
 - Методики физкультурно-оздоровительной работы со спортсменами;
 - Требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Единой всероссийской спортивной классификацией;
 - Нормы обеспечения экипировкой, спортивным инвентарем и оборудованием по общей физической подготовке по виду спорта;
 - Комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общей физической подготовки по виду спорта, правила и техники безопасного выполнения упражнений;
 - Правила и техники безопасного проведения тренировочных занятий по общей физической подготовке;
 - Методики оценки физического развития, общей физической подготовленности по виду спорта;
 - Методы восстановления и релаксации после тренировочных занятий;
 - Параметры и характеристики инвентаря и оборудования, используемого для проведения занятий по общей физической подготовке по виду спорта;
 - Правила использования спортивного оборудования, инвентаря и экипировки, включая технику безопасного поведения при проведении занятий;
 - Средства и технологии проведения мероприятий (занятий) в различных формах, включая дистанционные;
 - Назначение и порядок использования контрольно-измерительных приборов и аппаратуры;
 - Правила составления отчетной документации по подготовке, проведению и анализу результатов тренировочных занятий по общей физической подготовке по виду спорта со спортсменами;
 - Правила, виды, алгоритмы оказания первой помощи до оказания медицинской помощи.

Уметь:

- Разъяснять спортсменам правила безопасного поведения на занятиях по общей физической подготовке;
- Определять соответствие возраста, пола спортсмена требованиям и нормам комплектования групп по общей физической подготовке по виду спорта;
- Использовать современные технологии для определения индивидуальных способностей спортсменов по антропометрическим, физиологическим, психологическим параметрам;
- Использовать спортивное оборудование, инвентарь для занятий по общей физической подготовке;
- Использовать методы и техники оценки подготовленности спортсменов в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки;
- Использовать результаты сдачи тестов и нормативов для методического обоснования комплектования групп спортсменов;
- Разъяснять антидопинговые правила спортсменам;
- Планировать содержание тренировочных занятий в соответствии с программой спортивной подготовки, положениями теории физической культуры, физиологическими

характеристиками нагрузки, анатомо-морфологическими особенностями и уровнем подготовленности спортсменов;

- Определять задачи общей физической подготовки исходя из целей и задач спортивной подготовки спортсменов;

- Использовать систему тестов для контроля и оценки уровня общей физической подготовленности спортсменов;

- Анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров спортсменов, определять их уровень мотивации;

- Контролировать физическое, функциональное и психическое состояние спортсменов во время проведения занятия;

- Оценивать исправность инвентаря и оборудования для проведения занятий по общей физической подготовке по виду спорта;

- Предупреждать случаи травматизма во время проведения занятий по общей физической подготовке

- Демонстрировать безопасные техники выполнения упражнений;

- Разъяснять правила и техники безопасного выполнения упражнений;

- Демонстрировать приемы и способы рациональной техники двигательных действий при выполнении комплексов упражнений по общей физической подготовке;

- Использовать методы страховки в условиях занятий;

- Подбирать физическую нагрузку, средства и методы общей физической подготовки на основе анатомо-физиологических и психологических, возрастных особенностей и уровня подготовленности спортсменов;

- Определять уровень физического развития спортсменов на основе системы тестов;

- Сопоставлять показатели физического развития и подготовленности спортсменов с требованиями федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта;

- Оценивать достижение плановых показателей занятий по общей физической подготовке и корректировать план занятия;

- Разъяснять спортсменам, их родителям (законным представителям) особенности тренировочного процесса, включая полезность занятий по общей физической подготовке;

- Использовать методики обучения спортсменов восстановлению и релаксации после тренировочных занятий;

- Проводить мероприятия (занятия) в дистанционном формате с использованием различных технологий и средств коммуникации;

- Пользоваться контрольно-измерительными приборами и аппаратурой, электронными и техническими устройствами

- Вести отчетную документацию по подготовке, проведению и анализу результатов тренировочных занятий по общей физической подготовке по виду спорта со спортсменами

- Оказывать первую помощь до оказания медицинской помощи.

Владеть навыками (иметь практический опыт):

- Проведение оценки готовности спортсменов к заданному уровню нагрузок по общей физической подготовке, включая проверку медицинских противопоказаний, возрастных ограничений для занятий видом спорта у спортсменов

- Формирование групп спортсменов по общей физической подготовке по виду спорта с учетом результатов тестов и нормативов по виду спорта и составление итогового списка групп

- Разработка планов общей физической подготовки спортсменов, включая анализ существенных условий (содержание рабочего плана спортивной подготовки, половозрастные особенности, уровень подготовленности спортсменов, длительность занятия, методические указания)

- Разработка планов тренировочных занятий по общей физической подготовке по виду спорта, планов подготовки спортсменов к спортивным соревнованиям
- Выбор формы проведения тренировочного занятия по общей физической подготовке по виду спорта с учетом половозрастных особенностей спортсменов и планов занятий
- Контролирование исправности спортивного оборудования, инвентаря
- Контролирование готовности спортсменов к тренировочному занятию по общей физической подготовке по виду спорта;
- Проведения занятий по общей физической подготовке по виду спорта и контроль выполнения спортсменами упражнений, включенных в планы тренировочных занятий;
- Обеспечение безопасного выполнения спортсменами упражнений по общей физической подготовке;
- Фиксация результатов контрольных испытаний (тестов) по окончании тренировочного занятия или циклов занятий по общей физической подготовке по виду спорта;
- Осуществление педагогического наблюдения за спортсменами во время тренировочных и контрольных мероприятий;
- Проведение анализа результатов медицинских обследований и антропометрических измерений спортсменов;
- Проведение систематического учета, анализа, обобщения результатов тренировочного процесса по общей физической подготовке спортсменов;
- Консультирование спортсменов, их родителей (законных представителей) по вопросам содержания и режима тренировочного процесса общей физической подготовки по виду спорта;
- Подготовка отчетной документации по подготовке, проведению и анализу результатов тренировочных занятий по общей физической подготовке по виду спорта со спортсменами, в том числе с применением информационных систем;
- Оказание первой помощи до оказания медицинской помощи.

ПК-1.2 - Способность осуществлять подготовку, проведение и анализ результатов тренировочных занятий со спортсменами по специальной физической подготовке по виду спорта.

Знать:

- Стандарты и процедуры допинг-контроля в спорте;
- Правила допуска спортсменов к тренировочным мероприятиям по виду спорта;
- Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта;
- Виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий по общей физической подготовке по виду спорта;
- Методики контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека;
- Методы оценки и учета параметров уровня общей физической подготовленности спортсменов;
- Предельный объем тренировочной нагрузки по виду спорта;
- Особенности построения процесса общей физической подготовки в виде спорта;
- Методики физкультурно-оздоровительной работы со спортсменами;
- Требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Единой всероссийской спортивной классификацией;
- Нормы обеспечения экипировкой, спортивным инвентарем и оборудованием по общей физической подготовке по виду спорта;

- Комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общей физической подготовки по виду спорта, правила и техники безопасного выполнения упражнений;
- Правила и техники безопасного проведения тренировочных занятий по общей физической подготовке;
- Методики оценки физического развития, общей физической подготовленности по виду спорта;
- Методы восстановления и релаксации после тренировочных занятий
- Параметры и характеристики инвентаря и оборудования, используемого для проведения занятий по общей физической подготовке по виду спорта;
- Правила использования спортивного оборудования, инвентаря и экипировки, включая технику безопасного поведения при проведении занятий;
- Средства и технологии проведения мероприятий (занятий) в различных формах, включая дистанционные;
- Назначение и порядок использования контрольно-измерительных приборов и аппаратуры;
- Правила составления отчетной документации по подготовке, проведению и анализу результатов тренировочных занятий по общей физической подготовке по виду спорта со спортсменами;
- Правила, виды, алгоритмы оказания первой помощи до оказания медицинской помощи.

Уметь:

- Разъяснять спортсменам правила безопасного поведения на занятиях по специальной физической подготовке;
- Определять соответствие возраста, пола спортсмена требованиям и нормам комплектования групп специальной физической подготовки по виду спорта;
- Использовать современные технологии для определения индивидуальных способностей спортсменов по антропометрическим, физиологическим, психологическим параметрам;
- Использовать результаты сдачи тестов и нормативов для методического обоснования комплектования групп спортсменов;
- Использовать спортивное оборудование, инвентарь по виду спорта;
- Использовать методы и техники оценки подготовленности спортсменов в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки;
- Разъяснять антидопинговые правила спортсменам;
- Планировать содержание тренировочных занятий в соответствии с программой спортивной подготовки, положениями теории физической культуры, физиологическими характеристиками нагрузки, анатомо-морфологическими особенностями и уровнем подготовленности спортсменов;
- Определять задачи специальной физической подготовки исходя из целей и задач спортивной подготовки по виду спорта;
- Использовать систему тестов для контроля и оценки уровня специальной физической подготовленности спортсменов;
- Анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров спортсменов, определять их уровень мотивации;
- Контролировать физическое, функциональное и психическое состояние спортсменов во время проведения занятия;
- Оценивать исправность инвентаря и оборудования для проведения занятий по специальной физической подготовке по виду спорта;
- Предупреждать случаи травматизма во время проведения занятий по специальной физической подготовке;

- Демонстрировать безопасные техники выполнения упражнений;
- Разъяснять правила и техники безопасного выполнения упражнений;
- Демонстрировать приемы и способы рациональной техники двигательных действий при выполнении комплексов упражнений по специальной физической подготовке по виду спорта, формулировать двигательную задачу с наглядным объяснением;
- Использовать методы страховки в условиях занятий;
- Подбирать средства и методы тренировки в соответствии с индивидуальными особенностями спортсменов и особенностями вида спорта;
- Определять уровень физического развития, технической, тактической, теоретической, психологической подготовленности спортсменов на основе системы тестов;
- Сопоставлять показатели физического развития и специальной подготовленности спортсменов с требованиями федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта;
- Оценивать достижение плановых показателей занятий по специальной физической подготовке по виду спорта и корректировать планы занятий;
- Использовать методики спортивного отбора в виде спорта;
- Использовать методики обучения спортсменов восстановлению и релаксации после тренировочных занятий;
- Пользоваться контрольно-измерительными приборами и аппаратурой, электронными и техническими устройствами;
- Вести отчетную документацию по подготовке, проведению и анализу результатов тренировочных занятий по специальной физической подготовке по виду спорта со спортсменами;
- Оказывать первую помощь до оказания медицинской помощи.

Владеть навыками (иметь практический опыт):

- Проведение оценки готовности спортсменов к заданному уровню нагрузок по специальной физической подготовке, включая проверку медицинских противопоказаний, возрастных ограничений для занятий видом спорта у спортсменов;
- Формирование групп спортсменов по специальной физической подготовке по виду спорта с учетом результатов тестов и нормативов по виду спорта и составление итогового списка групп;
- Разработка планов специальной физической подготовки спортсменов по виду спорта, включая анализ существенных условий (содержание рабочего плана спортивной подготовки, половозрастные особенности, уровень подготовленности спортсменов, длительность занятия, методические указания);
- Разработка планов тренировочных занятий по специальной физической подготовке по виду спорта, планов подготовки спортсменов к спортивным соревнованиям;
- Выбор формы проведения тренировочного занятия по специальной физической подготовке по виду спорта с учетом половозрастных особенностей спортсменов и планов занятий;
- Контролирование исправности спортивного оборудования, инвентаря;
- Контролирование готовности спортсменов к тренировочному занятию по специальной физической подготовке по виду спорта;
- Проведение занятий по специальной физической подготовке по виду спорта и контроль выполнения спортсменами упражнений, включенных в планы тренировочных занятий;
- Обеспечение безопасного выполнения спортсменами упражнений по специальной физической подготовке;
- Фиксация результатов контрольных испытаний (тестов) по окончании тренировочного занятия или циклов занятий по специальной физической подготовке по виду спорта;

- Осуществление педагогического наблюдения за спортсменами во время тренировочных и контрольных мероприятий;
- Проведение анализа результатов медицинских обследований и антропометрических измерений спортсменов;
- Проведение систематического учета, анализа, обобщения результатов тренировочного процесса по специальной физической подготовке спортсменов;
- Оценка изменения индивидуальных показателей специальной физической подготовки спортсменов, уровня освоения основ техники в виде спорта, внесение корректировок в дальнейшую подготовку спортсменов;
- Составление отчетной документации по подготовке, проведению и анализу результатов тренировочных занятий по специальной физической подготовке по виду спорта со спортсменами, в том числе с применением информационных систем;
- Оказание первой помощи до оказания медицинской помощи.

ПК-2.1 - Способность осуществлять отбор занимающихся и оценку их перспективности в достижении спортивных результатов по виду спорта.

Знать:

- Стандарты и процедуры допинг-контроля в спорте
- Система воспитания в тренировочной деятельности по виду спорта
- Система спортивных соревнований по виду спорта
- Система подготовки спортсменов по виду спорта
- Теория и методология спортивного отбора и прогнозирования, в том числе: основные принципы и методы спортивного отбора, методики отбора по виду спорта, методы выявления общих и специальных спортивных способностей, отвечающих требованиям специфики вида спорта (группы спортивных дисциплин);
- Морфологические критерии спортивного отбора по виду спорта;
- Сенситивные периоды развития физических качеств;
- Методики выявления предрасположенности и способностей (спортивной одаренности) занимающихся к виду спорта;
- Возрастные закономерности становления спортивного мастерства (выполнения разрядных нормативов) по виду спорта;
- Методы оценки сильных и слабых сторон технико-тактического мастерства, функциональной подготовленности, уровня развития двигательных качеств, психических особенностей занимающихся по виду спорта;
- Методы оценки параметров физических данных занимающихся, способствующих перенесению высоких нагрузок при спортивной деятельности по виду спорта;
- Правила допуска занимающихся к тренировочным мероприятиям по виду спорта;
- Правила вида спорта;
- Программа спортивной подготовки по виду спорта;
- Медицинские, медико-биологические, психофизиологические требования и возрастные нормы занимающихся по виду спорта;
- Методики комплексной оценки подготовленности занимающихся;
- Методики медико-биологического и психологического тестирования;
- Требования к присвоению спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Единой всероссийской спортивной классификацией;
- Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта;
- Назначение и порядок использования контрольно-измерительных приборов и аппаратуры;
- Правила составления отчетной документации по отбору занимающихся и оценке их перспективности в достижении спортивных результатов по виду спорта;

- Правила, виды, алгоритмы оказания первой помощи до оказания медицинской помощи.

Уметь:

- Производить анализ показателей прироста физических качеств, данных личного учета, аналитических данных педагогического наблюдения, медико-биологических и психологических обследований, антропометрических измерений;
- Использовать методики анализа соревновательной деятельности занимающихся по виду спорта при оценке перспективности с выделением ключевых параметров;
- Выбирать тесты по виду спорта для проведения целевого тестирования занимающихся в условиях соревновательной деятельности с учетом изменяющихся условий;
- Использовать морфологические критерии спортивного отбора;
- Определять параметры физических данных занимающихся для перенесения высоких нагрузок при спортивной деятельности по виду спорта;
- Прогнозировать развитие общих и специальных спортивных способностей, личностно-психических качеств занимающихся;
- Разъяснять антидопинговые правила занимающимся;
- Проводить мероприятия (занятия) в дистанционном формате с использованием различных технологий и средств коммуникации;
- Использовать методики оценки подготовленности занимающегося, соответствующие федеральным стандартам спортивной подготовки по виду спорта;
- Оценивать уровень спортивно-технического и тактического мастерства, степень закрепления техники выполнения наиболее неустойчивых элементов при выполнении упражнения, технической готовности и устойчивости занимающихся к сбивающим факторам;
- Давать комплексную оценку физической, функциональной, психологической подготовленности занимающихся, оценивать соразмерность различных сторон их подготовленности по виду спорта;
- Вести отчетную документацию по отбору занимающихся и оценке их перспективности в достижении спортивных результатов по виду спорта;
- Пользоваться контрольно-измерительными приборами и аппаратурой, электронными и техническими устройствами;
- Оказывать первую помощь до оказания медицинской помощи.

Владеть навыками (иметь практический опыт):

- Проведение анализа уровня подготовленности занимающихся по виду спорта (показатели прироста физических качеств, данные личного учета, аналитические данные педагогического наблюдения, медико-биологических и психологических обследований, антропометрических измерений);
- Проведение анализа результатов соревновательной деятельности занимающихся, включая динамику спортивно-технических результатов в годичных циклах подготовки;
- Проведение анализа подготовленности занимающихся (оценка физических качеств и уровня освоения техники по виду спорта) методом наблюдения на спортивных мероприятиях;
- Организация целевого тестирования при выполнении занимающимися контрольных испытаний, соревновательных и контрольных прикодок, фиксация и аналитическая обработка результатов тестирования;
- Комплексная оценка перспективности занимающихся в достижении высоких спортивных результатов по виду спорта в стабильных и экстремальных условиях проведения спортивных мероприятий;
- Подготовка заключения по результатам отбора с определением параметров перспективности занимающихся видом спорта;

- Подготовка отчетной документации по отбору занимающихся и оценке их перспективности в достижении спортивных результатов по виду спорта
- Оказание первой помощи до оказания медицинской помощи.

ПК-2.2 - Способность осуществлять планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся по виду спорта.

Знать:

- Стандарты и процедуры допинг-контроля в спорте;
- Система воспитания в тренировочной деятельности по виду спорта;
- Система спортивных соревнований по виду спорта;
- Система подготовки спортсменов по виду спорта;
- Правила вида спорта;
- Программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин);
- Оптимальное соотношение тренировочной и соревновательной нагрузки занимающихся на различных этапах спортивной подготовки по виду спорта;
- Технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин);
- Виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий в виде спорта (группе спортивных дисциплин);
- Продолжительность систематической подготовки для достижения наивысших спортивных результатов, особенности адаптационных механизмов в виде спорта (группе спортивных дисциплин);
- Модельные методики контроля и оценки результативности тренировочного процесса на различных этапах спортивной подготовки по виду спорта;
- Актуальный уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности по виду спорта, достигнутых профессиональными спортсменами;
- Методы сбора, систематизации, аналитической обработки информации;
- Особенности построения процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин);
- Особенности тренировочной и соревновательной деятельности в экстремальных условиях внешней среды (горные условия, жаркий и холодный климат, сдвиг временных параметров);
- Система показателей контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся в виде спорта (группе спортивных дисциплин);
- Содержание и техники комплексного контроля и учета в спортивной подготовке;
- Содержание календаря спортивных соревнований, предусмотренных программой спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин);
- Специфика построения процесса подготовки профессиональных спортсменов в годичных и многолетних циклах;
- Структура годичного цикла, индивидуального плана спортивной подготовки;
- Технологии управления развитием спортивной формы в больших циклах подготовки;
- Требования к присвоению спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Единой всероссийской спортивной классификацией;
- Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта;
- Назначение и порядок использования контрольно-измерительных приборов и аппаратуры;
- Правила составления отчетной документации по планированию, учету и анализу результатов спортивной подготовки занимающихся по виду спорта;

- Правила, виды, алгоритмы оказания первой помощи до оказания медицинской помощи.

Уметь:

- Проводить мониторинг результатов выступлений занимающихся в спортивных соревнованиях;
- Планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом комплекса индивидуальных характеристик и адаптационных возможностей занимающегося;
- Разъяснять антидопинговые правила занимающимся;
- Проводить мероприятия (занятия) в дистанционном формате с использованием различных технологий и средств коммуникации;
- Подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся;
- Использовать и модифицировать системы показателей для контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся по виду спорта;
- Анализировать нормативные, прогнозные и фактические значения показателей результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся;
- Оценивать результативность спортивной подготовки занимающихся, выявлять проблемы и предлагать способы ее совершенствования;
- Контролировать и определять уровень тренировочной нагрузки занимающегося по виду спорта;
- Выявлять ключевые факторы достижения занимающимися высших спортивных результатов по виду спорта;
- Вести отчетную документацию по планированию, учету и анализу результатов спортивной подготовки занимающихся по виду спорта;
- Пользоваться контрольно-измерительными приборами и аппаратурой, электронными и техническими устройствами;
- Оказывать первую помощь до оказания медицинской помощи.

Владеть навыками (иметь практический опыт):

- Подбор методик тренировочных занятий с использованием в совокупности средств (общеразвивающие упражнения, специальные подготовительные упражнения, теоретические знания, соревновательные упражнения в необычных условиях) и методов тренировки, в том числе с использованием неспецифических средств, стимулирующих работоспособность и эффективность выполнения двигательных действий;
- Составление плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста технического и тактического мастерства, психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, на выполнение занимающимся разрядных требований;
- Планирование краткосрочной и долгосрочной тренировочных нагрузок с учетом графика проведения всероссийских и международных соревнований;
- Подготовка проектов индивидуальных тренировочных планов спортивной подготовки занимающихся, формирование структуры многолетнего цикла и сроков его макроциклов в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки, программой спортивной подготовки по виду спорта;
- Периодический и текущий контроль результатов исполнения групповых и индивидуальных планов спортивной подготовки занимающимися;
- Сравнительный анализ результативности выступления занимающихся в спортивных мероприятиях;

- Мониторинг выполнения нормативов и результатов выступления на спортивных соревнованиях, статистических результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся;
- Проведение анализа данных медико-биологического контроля и самоконтроля занимающихся, выявление проблем и определение методов их решения;
- Оценка результативности спортивной подготовки, соотношения нормативных и достижимых значений показателей для занимающегося;
- Разбор результатов выступлений занимающихся в спортивных соревнованиях, учет динамики спортивных достижений и результатов выступлений на официальных спортивных соревнованиях, международных соревнованиях;
- Выявление факторов спортивного результата занимающегося в спортивных соревнованиях и методов управления результатом;
- Оценка качества выполнения занимающимися объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, предусмотренных программой спортивной подготовки по виду спорта и индивидуальным планом подготовки;
- Подготовка рекомендаций по совершенствованию организации спортивной подготовки занимающихся;
- Подготовка отчетной документации по планированию, учету и анализу результатов спортивной подготовки занимающихся по виду спорта, в том числе с применением информационных систем;
- Оказание первой помощи до оказания медицинской помощи.

ПК-2.3 - Способность осуществлять подготовку занимающихся для участия в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.

Знать:

- Стандарты и процедуры допинг-контроля в спорте;
- Система воспитания в тренировочной деятельности по виду спорта;
- Система спортивных соревнований по виду спорта;
- Система подготовки спортсменов по виду спорта;
- Методики медико-биологического и психологического тестирования;
- Методы и техники самоконтроля занимающегося;
- Планы медико-биологических, научно-методических и антидопинговых мероприятий;
- Основы научно-методического обеспечения спортивной подготовки;
- Методы организации медико-биологического контроля в спорте;
- Порядок организации медико-биологического обеспечения спортивной подготовки на различных этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин);
- Содержание и последовательность восстановительных мероприятий по виду спорта;
- Средства и технологии проведения мероприятий (занятий) в различных формах, включая дистанционные;
- Назначение и порядок использования контрольно-измерительных приборов и аппаратуры;
- Правила составления отчетной документации по подготовке занимающихся для участия в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки;
- Правила, виды, алгоритмы оказания первой помощи до оказания медицинской помощи.

Уметь:

- Разъяснять антидопинговые правила занимающимся;
- Инструктировать занимающихся по организационным и процедурным аспектам допинг-контроля;
- Информировать занимающихся о психологических и имиджевых последствиях использования допинга;
- Проводить мероприятия (занятия) в дистанционном формате с использованием различных технологий и средств коммуникации;
- Давать обоснованные рекомендации по соблюдению режима труда и отдыха занимающимся с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы;
- Использовать данные дневников самоконтроля, данные медико-биологического тестирования и наблюдения для коррекции процесса спортивной подготовки занимающихся;
- Анализировать и систематизировать информацию об актуальных вопросах спортивной гигиены и разъяснять прикладные аспекты;
- Выявлять у занимающегося первые признаки ухудшения здоровья, травмы, патологии;
- Контролировать исполнение занимающимися медицинских предписаний, комплекса мероприятий по восстановлению работоспособности и здоровья;
- Контролировать участие занимающихся в мероприятиях научных исследований в области спортивной медицины, теории и методики вида спорта;
- Оформлять запрос на терапевтическое использование фармакологических средств, а также на модификации фармакологических средств, разрешенных для занимающегося;
- Оформлять запрос на отсрочку отбора пробы по уважительным причинам;
- Оформлять запрос на представителя, переводчика при выполнении процедур допинг-контроля;
- Устанавливать признаки нарушения правил отбора пробы и прав спортсмена при прохождении процедуры допинг-контроля;
- Пользоваться контрольно-измерительными приборами и аппаратурой, электронными и техническими устройствами;
- Вести отчетную документацию по подготовке занимающихся для участия в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки;
- Оказывать первую помощь до оказания медицинской помощи.

Владеть навыками (иметь практический опыт):

- Обучение занимающихся прикладным аспектам спортивной гигиены;
- Информирование занимающихся о номенклатуре запрещенных препаратов и манипуляций, о психологических и имиджевых последствиях использования допинга, об организационных и процедурных аспектах допинг-контроля;
- Обучение занимающихся недопинговым методам повышения спортивной работоспособности;
- Проведение анализа результатов выполнения занимающимися контрольных упражнений (тестов) в рамках медико-биологического, научно-методического наблюдения, данных дневников самоконтроля, систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки;
- Организация участия занимающихся в мероприятиях научных исследований в области спортивной медицины, теории и методики вида спорта;
- Проведение анализа прохождения занимающимися процедур и мероприятий медицинского контроля, индивидуальных предписаний медицинских работников, систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки;

- Контроль выполнения занимающимися предписаний медицинских работников, соблюдения рекомендованного режима труда и отдыха, выполнения комплекса мероприятий по восстановлению работоспособности и здоровья;
- Уведомление медицинского работника о выявленных у занимающегося признаках ухудшения здоровья, травмах, патологиях;
- Консультирование занимающихся по выполнению антидопинговых правил, о правах и обязанностях спортсмена при прохождении процедуры допинг-тестирования, о правилах оформления запросов и подачи протестов, апелляций;
- Организация проведения дополнительных контрольных процедур для минимизации рисков нарушения антидопинговых правил, включая регулярное получение информации от занимающегося о месте его нахождения, о номенклатуре принимаемых занимающимся фармакологических средств;
- Составление отчетной документации по подготовке занимающихся для участия в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения, в том числе с применением; информационных систем
- Оказание первой помощи до оказания медицинской помощи.

ПК-2.4 - Способность осуществлять проведение тренировочных занятий с занимающимися по виду спорта (группе спортивных дисциплин).

Знать:

- Стандарты и процедуры допинг-контроля в спорте;
- Система воспитания в тренировочной деятельности по виду спорта;
- Система спортивных соревнований по виду спорта;
- Система подготовки спортсменов по виду спорта;
- Технологии спортивной тренировки в виде спорта (группе спортивных дисциплин);
- Технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин);
- Закономерности формирования адаптации у занимающихся видом спорта при различных нагрузках;
- Виды, особенности применения и влияние на организм занимающихся восстановительных средств в виде спорта;
- Критерии предварительного соревновательного отбора в виде спорта;
- Модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в виде спорта (группе спортивных дисциплин);
- Направления и технологии индивидуализации спортивной подготовки;
- Предельный объем тренировочной нагрузки на различных этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин), методы ударных микроциклов и подводки;
- Программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин);
- Комплексные методики совершенствования спортивной техники и тактики в виде спорта (группе спортивных дисциплин);
- Структура годичного цикла, индивидуального плана спортивной подготовки занимающегося;
- Правила техники безопасности при проведении тренировочных мероприятий по виду спорта с учетом спортивной специализации;
- Построение процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин);
- Правила вида спорта;

- Правила использования спортивного оборудования, тренажеров, техники и инвентаря по виду спорта;
- Типовые (модельные) методики и технологии тренировки на различных этапах спортивной подготовки по виду спорта;
- Требования к присвоению спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Единой всероссийской спортивной классификацией;
- Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта;
- Средства и технологии проведения мероприятий (занятий) в различных формах, включая дистанционные;
- Назначение и порядок использования контрольно-измерительных приборов и аппаратуры;
- Правила составления отчетной документации по проведению тренировочных занятий с занимающимися по виду спорта (группе спортивных дисциплин) ;
- Правила, виды, алгоритмы оказания первой помощи до оказания медицинской помощи.

Уметь:

- Анализировать и интерпретировать данные комплексного исследования функционального состояния организма занимающегося, использовать их для определения направленности и объема тренировочных нагрузок по виду спорта
- Использовать рациональную структуру, средства и методы годичных циклов спортивной подготовки для выполнения занимающимися нормативов, соответствующих этапу подготовки по виду спорта;
- Оценивать структуру функциональной подготовленности занимающегося, выявлять резервы в совершенствовании важнейших компонентов функциональной подготовленности в целях сохранения высших достижений и для повышения спортивных результатов;
- Контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения;
- Разъяснять антидопинговые правила занимающимся;
- Проводить мероприятия (занятия) в дистанционном формате с использованием различных технологий и средств коммуникации;
- Использовать современное спортивное оборудование, технику, тренажеры для обеспечения спортивного результата по виду спорта;
- Предупреждать случаи травматизма и применения допинга во время тренировок;
- Оценивать и корректировать уровень интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, рациональность применения системы движений, тактическую подготовленность, наработку индивидуального стиля в виде спорта (группе спортивных дисциплин);
- Моделировать в тренировке условия протекания реальных соревнований, управлять действиями занимающегося для повышения надежности реализации техники в экстремальных условиях соревнований по виду спорта;
- Разрабатывать и пояснить занимающимся физиологическую задачу тренировок;
- Использовать систему методов стимулирования для устойчивого закрепления спортивной мотивации занимающихся;
- Рационально моделировать нагрузку для выхода на пик суперкомпенсации занимающегося в заданный промежуток времени, варьировать параметрами тренировочной программы (объем, интенсивность, частота тренировочных занятий);
- Пользоваться контрольно-измерительными приборами и аппаратурой, электронными и техническими устройствами;

– Вести отчетную документацию по проведению тренировочных занятий с занимающимися по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов;

– Оказывать первую помощь до оказания медицинской помощи.

Владеть навыками (иметь практический опыт):

– Построение индивидуализированного тренировочного процесса занимающихся в рамках структуры годичного цикла;

– Проведение тренировочных занятий с занимающимися, обеспечение роста интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, совершенствование разносторонней технико-тактической подготовленности и индивидуального стиля в виде спорта (группе спортивных дисциплин), стимулирование адаптационных процессов, интегральное совершенствование различных сторон подготовленности занимающегося;

– Формирование у занимающихся состояния готовности к соревнованиям, самонастройки, сосредоточения внимания и мобилизации;

– Постановка и контроль исполнения физиологической задачи тренировок, моделирование оптимальной тренировочной нагрузки, контроль оптимального соотношения (соразмерности) различных сторон подготовленности занимающегося в процессе тренировки по виду спорта;

– Мониторинг и контроль состояния наилучшей готовности (физической, технической, тактической и психической) занимающегося к спортивным достижениям;

– Проверка выполнения занимающимися плановых заданий и мероприятий, предусмотренных программой спортивной подготовки, индивидуальными планами подготовки по виду спорта;

– Контроль исполнения индивидуальных планов тренировочных занятий занимающимися в период тренировочных сборов, в каникулярный период;

– Подготовка занимающихся по инструкторской и судейской практике;

– Контроль выполнения занимающимися планов восстановительных мероприятий

– Контроль безопасного выполнения занимающимися тренировочных упражнений, безопасного использования спортивной техники, оборудования и инвентаря;

– Подготовка отчетной документации по проведению тренировочных занятий с занимающимися по виду спорта (группе спортивных дисциплин), в том числе с применением информационных систем;

– Оказание первой помощи до оказания медицинской помощи.

ПК-2.5 - Способность осуществлять координация соревновательной деятельности занимающихся.

Знать:

– Стандарты и процедуры допинг-контроля в спорте;

– Система воспитания в тренировочной деятельности по виду спорта;

– Система спортивных соревнований по виду спорта;

– Система подготовки спортсменов по виду спорта;

– Технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин);

– Закономерности формирования адаптации у занимающихся при различных нагрузках;

– Программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин);

– Минимальный и предельный объем соревновательной деятельности на различных этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин);

– Модельные характеристики подготовленности по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса;

- Уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта, группе спортивных дисциплин), достигнутый спортсменами сборной команды Российской Федерации по виду спорта;
- Состав индивидуальных факторов максимальной тренированности и диапазоны оптимальных возможностей занимающихся по виду спорта;
- Особенности построения соревновательной деятельности в экстремальных условиях внешней среды (горные условия, жаркий и холодный климат, сдвиг временных параметров);
- Состав показателей многолетней динамики соревновательной деятельности занимающихся по виду спорта;
- Положения, правила и регламенты проведения официальных спортивных соревнований, международных соревнований по виду спорта (группе спортивных дисциплин);
- Приемы и методы восстановления после физических нагрузок в виде спорта
- Содержание календарного плана спортивных мероприятий и тренировочных мероприятий (международный, общероссийский, субъекта Российской Федерации, муниципального образования) по виду спорта;
- Требования к присвоению спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Единой всероссийской спортивной классификацией;
- Назначение и порядок использования контрольно-измерительных приборов и аппаратуры;
- Правила составления отчетной документации по координации соревновательной деятельности занимающихся;
- Правила, виды, алгоритмы оказания первой помощи до оказания медицинской помощи.

Уметь:

- Определять цели и задачи занимающихся для достижения прироста спортивного результата, моделировать соревновательную деятельность занимающихся;
- Производить обоснованный выбор тактического варианта выступления занимающихся на соревновании;
- Формировать структуру действий занимающихся в зависимости от фазы соревновательной деятельности;
- Использовать средства и методы подготовки к выступлениям на соревнованиях, обеспечивающие стабильность выступления занимающихся;
- Мотивировать занимающихся на достижение прироста спортивных результатов, на достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации, на включение в состав спортивных сборных команд Российской Федерации по видам спорта, группе спортивных дисциплин;
- Использовать соревновательную практику и систему соревнований для подведения занимающихся к главным спортивным мероприятиям сезона и четырехлетия;
- Оценивать и координировать у занимающихся навыки планирования и реализации тактики ведения соревновательной деятельности по виду спорта;
- Вести мониторинг и контроль физического, функционального и психического состояния занимающихся при подготовке и выступлениях на спортивных соревнованиях;
- Координировать действия занимающихся при выступлении на соревнованиях, использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт;
- Применять средства общей и специальной психологической подготовки занимающихся к соревнованиям;
- Определять справедливость судейства, инициировать и реализовывать апелляционные процедуры;
- Разъяснять антидопинговые правила занимающимся;

- Проводить мероприятия (занятия) в дистанционном формате с использованием различных технологий и средств коммуникации;
- Контролировать выполнение формальных процедур для обеспечения участия занимающихся в спортивных соревнованиях;
- Выявлять сильные и слабые стороны подготовленности к соревнованиям у занимающихся и управлять индивидуальными особенностями мотивации и тренированности занимающегося по виду спорта;
- Пользоваться контрольно-измерительными приборами и аппаратурой, электронными и техническими устройствами;
- Вести отчетную документацию по координации соревновательной деятельности занимающихся;
- Оказывать первую помощь до оказания медицинской помощи.

Владеть навыками (иметь практический опыт):

- Моделирование соревновательной деятельности занимающихся с учетом технической, тактической, функциональной и психологической подготовленности;
- Проектирование системы целей, фазовой структуры соревновательной деятельности по виду спорта и действий занимающихся;
- Определение общей стратегии подготовки занимающихся к соревнованиям;
- Выбор тактического варианта выступления занимающихся в соревновании
- Формирование поведения у занимающихся с мотивацией на достижение определенного спортивного результата, психолого-методическая поддержка занимающихся в период соревнований;
- Разбор с занимающимися их соревновательной практики и соревновательной практики соперников, изучение кино- и видеоматериалов, специальной литературы;
- Контроль прохождения занимающимися формальных процедур для участия в спортивных соревнованиях, в том числе процедур допинг-контроля;
- Контроль справедливости судейства, исполнения апелляционных процедур;
- Подготовка отчетной документации по координации соревновательной деятельности занимающихся, в том числе с применением информационных систем;
- Оказание первой помощи до оказания медицинской помощи.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ

Общая трудоемкость практики – 20 часов, в том числе: практические занятия - 18 часов, промежуточная аттестация (зачет) – 2 часа.

Учебно-тематический план практики

№	Раздел (тема) практики	Общая трудоемкость	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу слушателей и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
			Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа	
1.	Организационный этап	2	-	2	-	Заполнение дневника. Написание раздела отчета.

2.	Производственный этап	12	-	12	-	Заполнение дневника. Написание раздела отчета.
3.	Заключительный этап	4	-	4	-	Завершение и оформление документов практики
4.	Промежуточная аттестация	2	-	2	-	Зачет
	Всего	20	-	20	-	

Содержание учебного материала по практике

Раздел 1. Организационный этап.

Организационный этап предполагает выполнение следующих видов работ:

- ознакомление с организацией - базой практики: организационная структура, основные направления деятельности, распределение обязанностей, система повышения квалификации и тарификации работников, организация воспитательной и методической работы и т.п.;
- постановка целей, задач, содержания и проведения практики;
- инструктаж по прохождению практики, ознакомление с распорядком дня базы практики, требованиями, предъявляемыми к слушателям администрацией базы практики;
- инструктаж по охране труда и технике безопасности;
- ведение дневника прохождения практики.

Раздел 2. Производственный этап.

Производственный этап предполагает выполнение следующих видов работ:

- знакомство с содержанием деятельности тренера при подготовке спортсменов на различных этапах спортивной подготовки
- изучение программ спортивной подготовки по избранному виду спорта;
- ознакомление с нормативными, правовыми учебно-методическими документами, сопровождающими тренировочный процесс;
- анализ тренировочного занятия по виду спорта;
- оценка уровня подготовленности спортсменов тренировочной группы;
- проведение тренировочного занятия в целом и по частям (подготовительная, основная, заключительная), постановка и решение задач, выбор средств и методов;
- ведение дневника прохождения практики.

Раздел 3. Заключительный этап.

Заключительный этап предполагает выполнение следующих видов работ:

- анализ хода практики и полученных материалов;
- завершение ведения дневника прохождения практики;
- получение характеристики о прохождении практики от руководителей практики;
- подготовка отчета практики и его согласование с руководителями практики;
- защита отчета по практике.

5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

5.1. Организация образовательного процесса

В образовательном процессе используются следующие **виды учебной деятельности**:

- Практические занятия. Проводятся для освоения представленных в программе концепций, идей и техник, развития и закрепления навыков их применения в различных

практических ситуациях. Занятия основаны на использовании эффективных методов групповой или индивидуальной работы и обмена опытом.

При реализации различных видов учебной деятельности используются следующие **образовательные технологии**:

- анализ учебных и практических ситуаций;
- технология работы в рамках проблемно-ориентированного подхода (анализ ситуации, выработка предположений и выявление проблемы, формулировка выводов, выработка рекомендаций и плана действий, предполагаемые последствия реализации рекомендаций, преимущества и недостатки предложений);
- технология организации дискуссии и развития коммуникативных навыков;
- компетентностный подход с акцентированием не на сумме усвоенных знаний, а на способности обучающегося успешно действовать в различных ситуациях;
- личностно-ориентированный подход.

5.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение

а) Основная литература

а) Основная литература:

1. Бомпа, Т. Периодизация спортивной тренировки = Periodization Training for Sports / К.А. Буцциелли; пер. М. Прокопьева; Т. Бомпа. - [3-е изд.]. – М.: Спорт, 2016. - 385 с.: ил. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/641241>
2. Бондарчук, А.П. Современная теория и методика спортивной тренировки: [науч.-метод. издание] / А.П. Бондарчук. – М.: ТВТ Дивизион, 2023. - 352 с. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/840961>
3. Жуков, Р.С. Основы спортивной тренировки: учебное пособие / Р.С. Жуков; Кемеровский государственный университет. – Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2014. – 110 с. : ил. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278415>
4. Дисько, Е.Н. Методика спортивной тренировки: учебное пособие / Е.Н. Дисько. – Минск: РИПО, 2023. – 284 с.: ил., табл. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=717778>
5. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник / Л.П. Матвеев. - 7-е изд., стер. – М.: Спорт, 2020. - 340 с.: ил. - URL: <https://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Rucont/342573.pdf>
6. Учебники и учебные пособия по виду спорта.

б) Дополнительная литература:

1. Иссурин, В.Б. Научные и методические основы подготовки квалифицированных спортсменов / В.И. Лях; В.Б. Иссурин. – М.: Спорт, 2020. - 176 с.: ил. <https://lib.rucont.ru/efd/714419>
2. Иссурин, В.Б. Подготовка спортсменов XXI века. Научные основы и построение тренировки / пер. И.В. Шаробайко; В.Б. Иссурин. - М.: Спорт, 2016. - 465 с.: ил. URL: <https://lib.rucont.ru/efd/641247>
3. Казиков, И.Б. Проблемы управления подготовкой высококвалифицированных спортсменов: учеб. пособие для преподавателей и студентов, обучающихся по направлению 032100, 032101: доп. Федер. агентством по физ. культуре и спорту / Игорь Борисович Казиков; Моск. ун-т МВД России, Каф. физ. подгот. – М., 2006. - 123 с.: табл. - URL: <https://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/327725.pdf>
4. Корх, А.Я. Тренер: деятельность и личность: учеб. пособие / А.Я. Корх. - 2-е изд., стер. – М.: Спорт, 2023. - 120 с. - URL: <http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/120217.pdf>
5. Матвеев, Л.П. Обобщающая характеристика содержания, средств и методов подготовки спортсмена: Учеб. пособие для студентов, асп. Акад., слушателей ВШТ и фак. повышения квалификации / Матвеев Л.П.; РГАФК. – М., 1995. - 49 с. - URL: <https://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/78030.pdf>

6. Матвеев, Л.П. Прикладно-теоретическая, техническая и тактическая подготовка спортсмена: учеб. пособие для завершающих уров. высш. физкультур. образования / Матвеев Л.П.; РГАФК. - Москва, 1998. - 43 с.: ил. - URL: <https://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/80406.pdf>
7. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры: Введ. в предмет: учеб. для высш. спец. физкультур. учеб. заведений: доп. Гос. ком. РФ по физ. культуре и спорту / Л.П. Матвеев. - Изд. 4-е, стер. - СПб. [и др.]: Лань: Омега - Л, 2004. - 159 с.- URL: <http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/124068.pdf>
8. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры: учебник / Л.П. Матвеев. - 4-е изд. - М.: Спорт, 2021. - 521 с. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/739883>
9. Минникаева, Н. В. Теория и методика физической культуры: избранные лекции: учебное пособие / Н.В. Минникаева, С.В. Шабашева; Кемеровский государственный университет. – Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2016. – 144 с.: ил. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481577>
10. Никиушкин, В.Г. Актуальные проблемы спортивной подготовки: юноши, взрослые, ветераны: монография / В.Г. Никиушкин. - М.: [Сов. спорт], 2023. - 314 с.: табл. - URL: <https://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Rucont/355996.pdf>
11. Озолин, Н.Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать / Озолин Николай Георгиевич. – М.: АСТ: Астрель, 2004. - 863 с. - URL: https://vniiifk.ru/sdc_download/10567/?key=zqqcrzp2irp14zpye9c7tcu9huajnu
12. Опыт организации комплексного педагогического контроля в научно-методическом обеспечении подготовки спортсменов высокого класса: [коллектив. моногр.] / А.Г. Абаян [и др.]; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. учреждение «Федер. науч. центр физ. культуры и спорта» (ФГБУ ФНЦ ВНИИФК). - М., 2023. - 207 с. URL: https://vniiifk.ru/sdc_download/10597/?key=w1vp9vg72711u0ot7v6glwtisxgp4p
13. Основы антидопингового обеспечения спорта: учеб. пособие / ред.: Э.Н. Безуглов, Е.Е. Ачкасов. – М.: Спорт: Человек, 2019. - 288 с.: ил. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/696832>
14. Платонов, В.Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов / В.Н. Платонов. – М.: Спорт, 2019. - 655 с.: табл. - URL: <https://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Rucont/345344.pdf>
15. Платонов, В.Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов: [монография] / В.Н. Платонов. – М.: Спорт, 2022. - 657 с.: ил. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/784813>
16. Сидоров, Л.К. Основы спортивной подготовки: учебное пособие / Л.К. Сидоров, А.Н. Савчук, С.Л. Садырин; Сибирский федеральный университет. – Красноярск: Сибирский федеральный университет (СФУ), 2023. – 112 с.: ил. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=705313>
17. Современная система спортивной подготовки: [монография] / ред. Б.Н. Шустин. - 2-е изд., с испр. и изм. – М.: Спорт, 2021. - 441 с. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/739882>
18. Черемисин, В. П. Личность тренера в современном спорте: учеб.-метод. пособие / В. П. Черемисин. – Малаховка: МГАФК, 2010. - 24 с. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/291716>
19. Команов, В.В. Резервы тренерского мастерства / В.В. Команов. - М.: Спорт: Человек, 2017. - 139 с. - URL: <https://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Rucont/285030.pdf>
20. Мартенс, Р. Успешный тренер = Successful Coaching: the Most Authoritative Guide on Coaching Principles : самое авторитетное руководство по тренерской деятельности / Р. Мартенс .— Москва : Человек, 2014 .— 441 с. : ил. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/641343>
21. Чесноков, Н.Н. Научно-методическое обеспечение подготовки спортивного резерва: метод. пособие / А.П. Морозов; Федер. центр подготовки спорт. резерва; Н.Н. Чесноков. – М.: Физическая культура, 2016. - 138 с.: ил. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/862768>
- 6) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система. - URL: <https://www.informio.ru/>
2. Федеральный портал Российской образование – информационная система. - URL: www.edu.ru.
3. «Университетская библиотека онлайн» - ЭБС. - URL: www.biblioclub.ru
4. Национальный цифровой ресурс «Руконт» - ЭБС. - URL: www.rucont.ru
5. «Юрайт» - ЭБС. - URL: www.biblio-online.ru
6. Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации. - URL: <http://www.sport.gov.ru>
7. База данных олимпийской статистики. - URL: <http://www.sports-reference.com>
8. Официальные сайты федераций по видам спорта
9. Специализированные сайты по видам спорта

5.3. Материально-техническое обеспечение

Для проведения практики используются:

- спортивное сооружение в соответствии с избранным видом спорта;
- учебные аудитории для выполнения заданий и проведения самостоятельной работы обучающихся с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

5.4. Кадровое обеспечение

Требования к квалификации руководителей практики: высшее образование по направлению подготовки / специальности 49.03.01 «Физическая культура» / 49.03.04 «Спорт» и/или практический опыт в сфере тренерской деятельности по виду спорта.

Для руководства практикой, проводимой в РУС «ГЦОЛИФК», назначается руководитель (руководители) практики от Университета из числа лиц, относящихся к профессорско-преподавательскому составу, участвующему в реализации ДПП в ИДО РУС «ГЦОЛИФК».

Для руководства практикой, проводимой в профильной организации, назначается руководитель (руководители) практики из числа лиц, относящихся к профессорско-преподавательскому составу, участвующему в реализации ДПП в РУС «ГЦОЛИФК», и руководитель (руководители) практики из числа работников профильной организации (далее – руководитель практики от профильной организации).

6. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ ПО ПРАКТИКЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

6.1. Формы текущей аттестации и оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости

Применяемые формы текущего контроля успеваемости:

- выполнение индивидуальных и групповых заданий;
- заполнение дневника прохождения практики;
- написание разделов отчета по практике.

Текущий контроль осуществляется в течение всего прохождения практики. Процедура прохождения профессионально-ориентированной практики включает в себя следующие этапы: подготовительный, основной, заключительный. Содержание деятельности практиканта на каждом этапе описано в п. 4 данной программы практики.

Методические рекомендации и требования к выполнению

В ходе прохождения практики осуществляется текущий контроль за процессом формирования компетенций. Задания предусматривают овладение компетенциями на разных уровнях: базовом и повышенном. Базовый уровень предусматривает виды деятельности, охватывающие все этапы деятельности по организации тренерской практики.

Повышенный уровень требует от слушателей проявления высокой заинтересованности в тренерской деятельности, инициативности, проявления креативности, изучения и использование опыта ведущих тренеров в применении инновационных технологий в спортивной подготовке.

При прохождении практики необходимо:

1. Вести дневник с учетом всех видов работ.
2. Ознакомиться и соблюдать инструктаж по технике безопасности.
3. Разрабатывать план-конспекты занятий;
4. Выполнить письменный отчет слушателя о выполнении программы практики;
5. Подготовить доклад к устной защите отчета по практике с использованием компьютерных презентаций.

Формы документов для заполнения представлены в Приложении 1 данной программы.

6.2. Формы промежуточной аттестации и оценочные средства для проведения промежуточного контроля успеваемости

Формой промежуточной аттестации является *зачет*.

Зачет по практике проводится при наличии заполненного дневника прохождения практики с характеристикой руководителей практики в форме публичной защиты представляемого обучающимся отчёта о проведенных мероприятиях и сформированных материалах по итогам пройденной практики.

Методические рекомендации и требования к выполнению

Методические материалы для обучающихся по прохождению практики и подготовке отчета для прохождения промежуточной аттестации по практике представлены в Приложении 1 данной программы.

6.3. Критерии оценивания защиты отчета о прохождении практики.

В качестве критериев защиты отчета о прохождении практики рассматриваются:

- презентация отчета;
- умение представить информацию, изложив основные задачи и полученные результаты в отведенное время;
- полнота и точность ответов на вопросы.

Основываясь на указанных критериях:

«*Зачтено*» ставится при условии, что:

- изложение материалов полное, последовательное, грамотное;
- все задания по практике выполнены;
- содержание отчета в основном соответствует требованиям, установленным Программой практики;

- отчет сдан в установленный срок.

«*Не зачтено*» ставится при условии, что:

- изложение материалов неполное, бессистемное;
- Программа практики не выполнена;
- существуют ошибки, содержание отчета не соответствует требованиям, установленным Программой практики;
- отчет не сдан в установленный срок.

Приложение 1**Методические материалы для обучающихся по прохождению практики*****Макет дневника прохождения практики***

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»

Институт дополнительного образования

Д Н Е В Н И К
прохождения практики

(Фамилия, имя, отчество слушателя)

обучающегося по дополнительной профессиональной программе профессиональной
переподготовки
«Тренер-преподаватель по избранному виду спорта»

Москва – 20____ г.

Место прохождения практики _____

Сроки прохождения практики: с «___» _____ 20___г. по «___»
_____ 20___г.

Вид практики: профессионально-ориентированная

Цель практики _____

Руководитель практики от РУС «ГЦОЛИФК»:

(ФИО, должность, степень, звание)

Руководитель практики от профильной организации:

(ФИО, должность, степень, звание)

Инструктаж обучающегося по ознакомлению с требованиями охраны труда, техники безопасности, пожарной безопасности, а также правилами внутреннего трудового распорядка организации проведен «___» _____ 20___г.

**Руководитель практики
от профильной организации**

(личная подпись)

(должность, ФИО)

№ пп	Дата	Описание выполненных работ	Отметки руководителя практики от профильной организации о выполнении работ

Характеристика работы обучающегося по месту прохождения практики (с указанием степени его теоретической подготовки, качества выполнения работы, трудовой дисциплины и недостатков, если они имели место):

Руководитель практики
от профильной
организации

(личная подпись)

(должность, ФИО)

Отзыв руководителя практики от РУС «ГЦОЛИФК» о работе обучающегося во время прохождения практики:

Руководитель практики
от РУС «ГЦОЛИФК»

(личная подпись)

(должность, уч степень, уч звание, ФИО)

Промежуточная аттестация пройдена с оценкой _____

Руководитель практики
от РУС «ГЦОЛИФК»

(личная подпись)

(должность, уч степень, уч звание, ФИО)

«____» _____ 20____г.

Макет отчета о прохождении практики

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»

Институт дополнительного образования

**ОТЧЕТ
о прохождении практики**

(Фамилия, имя, отчество слушателя)

обучающегося по дополнительной профессиональной программе профессиональной
переподготовки
«Тренер-преподаватель по избранному виду спорта»

Москва – 20____ г.

ТРЕБОВАНИЯ К СОДЕРЖАНИЮ И ОФОРМЛЕНИЮ ОТЧЕТА О ПРОХОЖДЕНИИ ПРАКТИКИ

В отчете о прохождении практики приводится краткое содержание практики с освещением следующих разделов:

1. История развития организации.
2. Организационная структура управления организацией.
3. Персонал организации и его классификация (верхнее звено, среднее звено, оперативное звено управления). Мотивация труда.
4. Проблемы и задачи, выбранные практикантом, способы их решения.
5. Полученные результаты и их оценка.
6. Самооценка и самоанализ персональной деятельности в данной организации (какие возникли трудности при прохождении практики, каких знаний, умений и навыков оказалось недостаточно для выполнения профессиональной деятельности).
7. Критические замечания по поводу постановки работы в данной организации.
8. Пожелания по поводу организации самой практики.
9. Используемые источники.
10. Приложения (материалы, подтверждающие проведение работы на практике).

Отчет оформляется в соответствии с предъявляемым к нему требованиям. Текст отчета набирается в Microsoft Word в формате А-4, шрифт Times New Roman – обычный, размер 14 пт; межстрочный интервал – полуторный; левое -3,0 см., верхнее и нижнее поля – 2,0 см; правое поле – 1,5 см; абзац – 1,25 см (отчеты, выполненные в рукописном виде, не принимаются). Объем отчета должен быть 5-10 страниц.

В завершении отчета приводятся следующие сведения:

Дата: « ___ » 20 ___ г.

Практикант _____
(подпись)

Инициалы, Фамилия

Руководитель
практики от РУС «ГЦОЛИФК» _____
(подпись)

Инициалы, Фамилия