Міністерство освіти і науки України

Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника

ЩОДЕННИК ОБЛІКУ РОБОТИ З ПРАКТИКИ В ДЮСШ

Студента(ки) _____ курсу, групи _____

_____

(прізвище, ім'я, по батькові)

назва бази практики _____

_____

Директор _____

Тренер-викладач _____

Термін практики з «__» _____ 20__ р. до «__» _____ 20__ р.

Івано-Франківськ 2022

ЗМІСТ

1. Вступ ....…….….. 4
2. Зміст практики ……... 7
3. Склад студентів …… 10
4. Розклад занять …….. 11
5. Щоденник роботи ……..... 12
6. Індивідуальний план роботи …….….…. 13
7. План тренувань на мезоцикл …….. 17
8. Календарний план спортивно-масових заходів ……..... 18
9. Журнал обліку роботи групи …….. 20
10. Положення про змагання ……..... 21
11. Кошторис витрат на проведення навчально-тренувального збору, змагання ……... 23
12. Педагогічний аналіз навчально-тренувального заняття …….. 26
13. Профорієнтаційна робота на педагогічній практиці в ДЮСШ .. 31
14. Плани-конспекти навчально-тренувальних занять ……..... 32
15. Власні враження та пропозиції щодо покращення проведення навчально-тренувальних занять у ДЮСШ …….….. 96
16. Висновки фахового керівника ……... 97
17. Звіт про проходження педагогічної практики в ДЮСШ …… 98
18. Контрольні запитання, що виносяться на захист практики …... 100
19. Критерії оцінювання …….. 102
20. Рекомендована література ……..... 103

У наших руках найбільша цінність світу – людина. Ми творимо людину, як скульптор творить свою статую з безформного шматка мармуру: десь у глибині цієї мертвої брили лежать прекрасні риси, які належить добути, очистити від усього зайвого.

В. О. Сухомлинський

Педагогічна практика в ДЮСШ студентів, що навчаються за спеціальністю ОР магістр 017 «фізична культура і спорт» проводиться тривалістю 4 тижнів у Дитячо-юнацьких спортивних школах. Практиканти працюють на посаді тренера-викладача з виду спорту, який є профілюючим у цьому спортивному закладі під керівництвом фахового керівника (із числа викладацького складу університету), старшого тренера і директора школи.

Мета практики: ознайомити студентів-практикантів з умовами та специфікою роботи тренера-викладача у ДЮСШ, формувати у них організаторські уміння та навички для проведення занять з конкретного виду спорту в спортивній секції, спортивних змагань, туристичних походів, елементарних навичок науково-дослідної роботи, уточнення і поглиблення професійних інтересів майбутніх фахівців галузі фізичного виховання і спорту.

Завдання практики:

1. Формування практичних умінь та використання у підготовці спортсменів методичних положень, які відповідають принципам системи спортивного тренування:

- побудова тренувального заняття;
- планування мікро- і мезоструктур тренувального процесу спортсменів у залежності від завдань та періодів макроциклу;
- підбір ефективних засобів та методів тренувального процесу;

- індивідуалізація процесу фізичної, технічної, тактичної та психологічної підготовки в залежності від індивідуальних особливостей, віку та кваліфікації спортсмена;
- управління динамікою тренованості та набуття спортивної форми;
- проведення поточного та етапного контролю рівня підготовки спортсменів.

2. Удосконалення навичок психолого-педагогічної майстерності професії тренера:

- особиста демонстрація техніки спортивної вправи;
- застосування засобів опосередкованої наочності;
- керівництво спортивною групою в процесі тренувального заняття;
- застосування методів суворо-регламентованої вправи в тренувальному процесі;
- проведення виховної роботи та вміння спрямовувати процеси самовиховання спортсменів;
- керувати станом тренованості спортсмена;
- аналізувати та узагальнювати практичний досвід;
- спілкуватися зі спортивними функціонерами та громадськістю;
- організовувати та проводити спортивні змагання, свята.

Вимоги до студента-практиканта:

- до початку практики отримати від керівника практики консультації щодо оформлення всіх необхідних документів;
- самостійно планувати свою діяльність та проводити заняття зі спортсменами за своїм профілем підготовки, узгодивши її з методистом практики у відповідності до програми практики й умов об’єкта практики;
- виявляти ініціативу, творчість в організації і проведенні спортивних та суспільних заходів;
- нести відповідальність за виконану роботу;

- мати охайний зовнішній вигляд та спортивну форму, підпорядковуватись правилам внутрішнього розпорядку школи, дотримуватись правил етичних та педагогічних норм поведінки в стосунках з дітьми, педагогічним колективом школи;

Права студента-практиканта:

- отримувати консультації методистів практики, тренера-методиста у ДЮСШ, керівника університетської практики;
- обирати теми бесід і лекцій для закріпленого контингенту спортсменів, узгодивши їх з тренером-методистом у ДЮСШ;
- безкоштовно користуватися спортивним інвентарем та обладнанням школи для спортивного удосконалення;
- отримувати від керівника практики консультації відносно з оформлення усіх необхідних документів організації та проведення навчально-виховного процесу, передбаченого програмою практики.

Обов'язки студента-практиканта:

- вивчити і дотримуватися правил охорони праці, техніки безпеки та санітарії. Для цього слід пройти відповідний вступний інструктаж та інструктаж на кожному конкретному місці праці;
- своєчасно приходити на місце проходження практики;
- виконувати всі завдання, передбачені програмою практики та вказівки її керівників, у відповідності з графіком, призначеним керівником;
- вести поточну документацію практиканта та своєчасно подавати її на перевірку та затвердження методисту;
- вести роботу з удосконалення теоретичних і методичних знань, систематично опрацьовуючи сучасні літературні джерела;
- своєчасно підготувати звітні матеріали з практики і захистити їх на підсумковій конференції.

ЗМІСТ ПРАКТИКИ

Практика починається з настановної конференції, де керівник практики ознайомлює студентів з метою, завданнями та змістом практики. Студенти розподіляються на бригади, для кожної з яких призначається методист. Бригади закріплюються за базами практики.

Студент складає індивідуальний план роботи на період проходження практики, в якому зазначає терміни виконання завдань практики. Також протягом практики заповнюється щоденник проходження практики, в якому фіксується зміст роботи практиканта, а також його враження та пропозиції відносно удосконалення виконаних завдань. Під час практики студент повинен виконати наступні **завдання:**

1. Ознайомитись з базою проходження практики, режимом її роботи.

2. Вести спостереження та аналіз навчально-виховного процесу. В аналізі звернути увагу на:

- структуру заняття, його місце у мікро-, мезоциклах та взаємозв'язок з попереднім і наступним заняттями тощо;
- підбір засобів та методів тренування, їх відповідність до стану та структури підготовки, індивідуальних особливостей та підготовки спортсменів;
- динаміку навантаження (зовнішню та внутрішню його сторони), тривалість та вид відпочинку;
- організацію заняття та виховний вплив тренера.

Усе вищезазначене занотувати в щоденнику.

3. Проаналізувати навчально-методичну документацію (плани роботи, конспекти занять, індивідуальні плани та ін.), які ведуться на базі практики та внести пропозиції щодо її удосконалення, фіксуючи їх у щоденнику практики. На підставі цього скласти календарний план на період проходження практики.

4. Провести не менше 12 навчально-тренувальних занять, для яких скласти конспекти, підібравши комплекси спеціально-підготовчих вправ та

вправ для розвитку фізичних якостей, відповідно до поставлених завдань. Конспекти завірити у тренера та фахового керівника.

5. Провести контрольно-залікове заняття з теоретико-методичним обґрунтуванням завдань, засобів та методів тренувального процесу (письмово);

6. Проаналізувати та оцінити стан спортивної підготовки, фізичного розвитку та фізичної працездатності спортсменів. На підставі цих даних розробити практичні рекомендації з оптимізації процесу спортивного тренування.

7. Ознайомитись з технологією організації та проведення спортивних змагань (скласти положення про змагання, кошторис витрат для проведення змагань, ознайомитись з суддівською документацією, протоколи змагань).

8. На основі педагогічного спостереження скласти психолого-педагогічну характеристику групи.

9. Підготувати звіт про роботу в умовах сучасної дитячо-юнацької спортивної школи та своєчасно захистити матеріали практики з оформленням відповідної робочої документації.

Порівняти з власним баченням сучасної системи підготовки спортсменів, зробити відповідні висновки.

Контроль за проходженням практики

Керівником практики від ВНЗ і бази практики, методистами здійснюється поточний та підсумковий контроль за виконанням окремих розділів та всієї програми студентами-практикантами. Ведеться контроль початку та закінчення роботи. Студенти зобов’язані мати щоденник практики, у якому повинна міститись інформація про виконання завдань протягом робочого дня, що відповідають всім пунктам індивідуального плану та кількості годин роботи.

Фаховий керівник робить відмітку в індивідуальному плані практиканта про виконання роботи тільки тоді, коли вона зафіксована в щоденнику.

Вимоги до звіту

Після закінчення терміну практики студенти звітують про виконання індивідуального плану, складеного відповідно до програми практики.

Загальна й характерна форма звітності за практику – подання письмового звіту, підписаного й оціненого безпосередньо керівником на місці проходження практики.

Письмовий звіт та інші документи практики (щоденник, індивідуальний план, характеристика) подаються на рецензування фаховому керівнику практики.

Звіт має містити відомості про виконання студентами всіх розділів програми практики та індивідуального плану, розділів з питань охорони праці, а також висновки та пропозиції практиканта і список використаної літератури.

У звіті повинна бути чітко описана робота студента щодо відносно навчально-тренувального процесу та програми практики.

Для узагальнення матеріалів, зібраних під час практики й підготовки звіту, студентам в кінці практики відводиться два-три дні.

Захист та підведення підсумків практики

Звіт із практики, диференційовано оцінений тренером та фаховим керівником, захищається студентом при комісії, яка призначається завідувачем кафедри. До її складу входять фахові керівники практики від ВНЗ і, за можливістю, методисти за місцем проходження практики, викладачі кафедри, які викладали спеціальні дисципліни.

Комісія приймає залік у студентів протягом перших десяти днів після закінчення практики. Оцінка за практику вноситься в заліково-екзаменаційну відомість і залікову книжку студентів з підписами членів комісії.

Студенту, який не виконав програму практики з поважних причин, може бути надано право проходження практики повторно. За положенням вищої школи, студент, який отримав негативну оцінку за практику відраховується з ВНЗ.

СКЛАД СТУДЕНТІВ, ЯКІ ПРОХОДЯТЬ ПЕДАГОГІЧНУ ПРАКТИКУ В ДЮСШ _____

№ з/п	Прізвище, ім'я, по батькові	№ навч. групи	Спеціалізація	Домашня адреса

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Директор _____
«___» _____ 20 _ р.

РОЗКЛАД ЗАНЯТЬ

відділення _____
з «___» _____ до «_____»_____ 20__ року

№ з/п	Прізвищ, ім'я, по батькові	Назва групи	Дні тижня							Місце занять
			понеділок	вівторок	середа	четвер	п'ятниця	субота	неділя	

Заступник директора
_____

Старший тренер-викладач
_____

ЩОДЕННИК ПРАКТИКИ

Студент-практикант при заповненні щоденника роботи повинен вказати число, місяць, рік, зміст виконаної роботи та затрачений час. У процесі проходження практики студент один раз на тиждень повинен показувати щоденник методисту, для його підпису, перевірки та внесення корективів, рекомендацій щодо подальшого вдосконалення роботи.

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Фаховий керівник _____

ЩОДЕННИК РОБОТИ

Дата	Зміст роботи	Затрачений час	Підпис методиста

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Фаховий керівник _____________

ІНДИВІДУАЛЬНИЙ ПЛАН РОБОТИ

№ з/п	Зміст роботи	Термін виконання	Відмітка про виконання	Підпис методиста
1. Організаційна робота				

2. Навчально-методична робота				
3. Спортивно-масова робота				

4. Виховна робота				
5. Робота з батьками вихованців				
6. Лікарський контроль				

7. Господарська робота				

Дата Підпис

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Фаховий керівник _____

ПЛАН ТРЕНУВАНЬ НА МЕЗОЦИКЛ

Зміст / тема заняття	**Дата проведення заняття**																	
Теоретична підготовка																		
ЗРВ																		
Рухливі ігри загальнорозвиваючого характеру																		
Рухливі ігри спеціальноприкладного характеру																		
Навчання елементів техніки виконання певної вправи																		
Складання контрольних нормативів із технічної підготовки																		
Загальна фізична підготовка																		
Спеціальна фізична підготовка																		
Тактична підготовка																		
Заняття іншими видами спорту																		
Тривалість																		

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН
СПОРТИВНО-МАСОВИХ ЗАХОДІВ

Зміст календарного плану спортивно-масових заходів включає: перелік змагань, туристських подорожей, масових спортивних заходів тощо. При цьому обов'язково слід зазначати строки і місце проведення кожного заходу. Цей план, за можливістю, погоджується з аналогічними планами району, міста або спортивного товариства. Це дасть змогу передбачити участь команд і окремих спортсменів відповідного колективу в змагання району, міста, області, спортивного товариства. Плануючи змагання з видів спорту, передбачається кількаразове їх проведення для того, щоб кожний спортсмен зміг протягом року взяти в них участь не менше, ніж 3-4 рази.

До складання календарних планів долучають досвідчених членів ради, громадських інструкторів, тренерів, фізоргів, спортивних суддів. Його затверджують на розширеному засіданні ради колективу. У календарі слід відвести місце для всіх видів спорту, якими займаються члени колективу, приділяючи особливу увагу внутрішнім змаганням.

№ з/п	Спортивно-масовий захід	Учасники	Термін проведення	Місце проведення

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Фаховий керівник _____

ЖУРНАЛ ОБЛІКУ РОБОТИ ГРУПИ

_____

№ з/п	Прозвище, ім'я, по батькові	Дата проведення заняття												
1.														
2.														
3.														
4.														
5.														
6.														
7.														
8.														
9.														
10.														
11.														
12.														
13.														
14.														
15.														
16.														
17.														
18.														
19.														
20.														
Всього було присутніх														

ПОЛОЖЕННЯ ПРО ЗМАГАННЯ

Після закінчення роботи зі складання річного календарного плану спортивних змагань, рада колективу фізкультури приступає до складання положення про змагання.

Обидва документи однаково важливі для успішного розгортання спортивної роботи. Якщо календарний план є переліком змагань і термінів їх проведення, то в регламенті подано програму кожного змагання, умови його проведення і порядок визначення переможців. Усі пункти регламенту про змагання повинні бути чітко сформульовані, а умови командної та особистої першості – правильно враховувати можливості команд-учасників змагань.

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Директор ДЮСШ
_____
_____

РЕГЛАМЕНТ

про проведення _____
_____

1. МЕТА І ЗАВДАННЯ

_____
_____
_____
_____
_____
_____

2. УЧАСНИКИ ЗМАГАНЬ

_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

3. ЧАС І МІСЦЕ ПРОВЕДЕННЯ ЗМАГАНЬ

4. УМОВИ ПРОВЕДЕННЯ ЗМАГАНЬ

5. КЕРІВНИЦТВО ЗМАГАНЬ

6. ВИЗНАЧЕННЯ ПЕРЕМОЖЦІВ, НАГОРОДЖЕННЯ

7. ФІНАНСУВАННЯ

Організаційний комітет

КОШТОРИС
ВИТРАТ НА ПРОВЕДЕННЯ
НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ЗБОРУ

Кошторис складається на підставі затвердженого плану-календаря районних, міських, обласних та інших спортивних заходів, у якому визначено місце і час проведення змагань або навчально-тренувальних зборів та кількість учасників.

Кошторис витрат – це основний документ, на підставі якого витрачаються кошти на проведення навчально-тренувальних зборів та змагань.

З кожного виду витрати розраховують відповідно до існуючих норм і положень. Так, розрахунок на харчування здійснюють, виходячи з кількості іногородніх і місцевих учасників, тривалості змагань або зборів та норм харчування.

Для обчислення за кошторисом витрат на утримання обслуговуючого персоналу змагань необхідно передусім визначити його кількість, виходячи з положення про змагання по видах спорту та доцільність утримання тієї чи іншої категорії працівників. Розрахунок тих витрат здійснюють по кожній посаді окремо.

Представники і тренери команд мають право на безоплатне забезпечення, так як й учасники змагань, які вони обслуговують, за винятком додаткового харчування.

Розрахунки на проїзд спортсменів і суддів здійснюють, виходячи з кількості учасників та вартості проїзних квитків.

Витрати на оренду спортивних споруд та інвентаря обчислюються в кошторисах, відповідно до її тривалості і затверджених у даній місцевості тарифів.

Залежно від видів спорту, кошториси передбачають витрати на оренду транспорту і засобів зв’язку. Розраховують ці витрати, виходячи з тривалості обслуговування та діючих розцінок (погодинно, за добу тощо).

Крім вищезазначених витрат, у кошторисах передбачаються кошти на придбання необхідних матеріальних цінностей (похвальних грамот, медалей, призів) для нагородження переможців змагань. Ці витрати розраховуються відповідно до діючих положень про матеріальне забезпечення спортивних заходів та існуючих цін.

Зразок кошторису витрат, що додається, одночасно може бути й звітом про його виконання. Цей документ надсилають організації або установі, що проводила фінансування заходу. У такому разі кошторис витрат складається у 4-х примірниках, з яких один залишається на місці його укладання, два – надсилають до місця проведення змагань або навчально-тренувальних зборів, а один - особі, відповідальній за проведення заходу.

«Затверджую»
в сумі _____
керівник установи
_____
(організації) (підпис)
«___» _____ 20 _ р.

КОШТОРИС ВИТРАТ

на участь команди _____
_____
в м. _____ з «___» _____ по «___» _____ 20 __ р.

1. Проїзд учасників команди:
- спортсменів: _____ грн х _____ осіб х 2 кінця = _____ грн
- тренерів: _____ грн х _____ осіб х 2 кінця = _____ грн

РАЗОМ: _____ грн

2. Добові в дорозі:
- спортсменів: _____ грн х _____ осіб х 2 кінця = _____ грн
- тренерів: _____ грн х _____ осіб х 2 кінця = _____ грн

РАЗОМ: _____ грн

3. Розміщення (проживання) з «__» _____ по «__» ___ 200 _ р.
- _____ грн х ____спортсменів х _____ днів = _____грн
- _____ грн х ____тренерів х _____ днів = _____грн

РАЗОМ: _____ грн.

4. Харчування
- _____ грн х ____спортсменів х _____ днів = _____грн
- _____ грн х ____тренерів х _____ днів = _____грн

РАЗОМ: _____ грн.

5. Інші витрати
-_____ = _____ грн
-_____ = _____ грн
-_____ = _____ грн

РАЗОМ: _____ грн

Всього по кошторису _____ грн
(_____)

Кошторис склав _____

Заступник директора _____

Головний бухгалтер _____

ПЕДАГОГІЧНИЙ АНАЛІЗ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ЗАНЯТТЯ

СХЕМА
АНАЛІЗУ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ЗАНЯТТЯ

Група _____ Дата _____ № заняття _____

Хто проводить _____

Фронтальний або повний аналіз тренувального заняття охоплює певні розділи: аналіз конспекту заняття, санітарно-гігієнічна оцінка умов проведення заняття та власні педагогічні спостереження за ходом заняття, діями тренера-викладача та учнів.

І. Аналіз конспекту заняття

У процесі конспекту заняття студенти-практиканти повинні звернути увагу на наступні моменти:

1. Правильність та чіткість постановки завдань.
2. Відповідність матеріалу, що вивчається до змісту навчальної програми ДЮСШ та плану навчально-тренувальних занять.
3. Зв’язок з попереднім заняттям.
4. Правильність розподілу часу за частинами заняття.
5. Термінологічна коректність запису вправ.
6. Коректність організаційно-методичних вказівок.
7. Відповідність дозування вправ рівню фізичної підготовленості спортсменів та поставленим завданням заняття.
8. Використання засобів наочності.
9. Правильність підбору підготовчих та підвідних вправ.
10. Забезпечення заходів страхування, безпеки та допомоги.
11. Використання наочних посібників.
12. Оцінка засобів мотивації учнів до активності.

ІІ. Санітарно-гігієнічна оцінка умов проведення заняття передбачає аналіз:

1. Площі та об’єму залу, її відповідність санітарно-гігієнічним нормам.

2. Природного та штучного освітлення.
3. Системи опалення, температури, вентиляції.
4. Системи прибирання залу, чистоти обладнання та інвентаря.

III. Педагогічні спостереження за ходом заняття, діями тренера-викладача та учнів

Спостерігаючи за ходом заняття, слід звернути увагу на наступні моменти:

1. Ознайомлення учнів із завданнями заняття.
2. Уміння обирати ефективні методи організації учнів.
3. Адекватність методів передачі інформації поставленим завданням та контингенту учнів.
4. Ефективність використання обраних методів (методи цілісного вивчення вправи, вивчення вправи по частинах) та засобів навчання (допоміжні та основні).
5. Правильність і своєчасність надання допомоги та страхування, навчання самострахуванню.
6. Уміння тренера-викладача виявляти й виправляти помилки.

У ході спостереження за заняттям слід також оцінити дії та вміння тренера-викладача:

- знання обраного виду спорту;
- загальну культуру;
- педагогічну майстерність і педагогічний такт;
- уміння організовувати й спрямовувати роботу колективу учнів;
- уміння обирати правильне місце розташування на спортивному майданчику під час проведення заняття;
- відповідність змісту навчального заняття плану-конспекту.

Матеріал педагогічних спостережень повинен закінчуватись висновками та пропозиціями.

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Фаховий керівник _____

ПЕДАГОГІЧНИЙ АНАЛІЗ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ЗАНЯТТЯ

Група _____ Дата _____ № заняття _____

Хто проводить _____

Фронтальний або повний аналіз тренувального заняття охоплює певні розділи:

І. АНАЛІЗ КОНСПЕКТУ ЗАНЯТТЯ

ІІ. САНІТАРНО-ГІГІЄНІЧНА ОЦІНКА УМОВ ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТТЯ

ІІІ. ПЕДАГОГІЧНІ СПОСТЕРЕЖЕННЯ ЗА ХОДОМ ЗАНЯТТЯ, ДІЯМИ ТРЕНЕРА-ВИКЛАДАЧА ТА УЧНІВ

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Фаховий керівник _____

ПРОФОРІЄНТАЦІЙНА РОБОТА НА ПЕДАГОГІЧНІЙ ПРАКТИЦІ В ДЮСШ

студента _____
групи _____

Для того, щоб навчити іншого, потрібно більше розуму, ніж для того, щоб навчитись самому.

М. Монтень

ПЛАНИ-КОНСПЕКТИ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ

ПЛАНИ-КОНСПЕКТИ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ

Зміст конспекту навчально-тренувального заняття

Робота над складанням плану-конспекту розпочинається з визначення теми і завдань заняття. Тема заняття повинна відповідати навчальній програмі ДЮСШ та документам планування.

Згідно теми визначаються завдання навчально-тренувального заняття. Завдання повинні формулюватись у формі наказового речення.

Наприклад:

1. *Ознайомити…*
2. *Навчити…*
3. *Закріпити…*
4. *Вдосконалити…*
5. *Повторити…*
6. *Сприяти розвитку…*

Також визначається дата, місце, час проведення, інвентар та обладнання, який буде використаний під час проведення заняття.

Далі плануються засоби, методи та методичні прийоми, які використовуються в **підготовчій, основній** та **заключній** частинах уроку.

Плануючи підготовчу частину заняття необхідно відвести час на прийоми, які дозволяють підготувати організм учнів до основної роботи на занятті. У конспекті детально плануються усі види стройових та загальнорозвиваючих вправ. Запис вправ здійснюється згідно правил термінології з обов’язковим зазначенням дозування та організаційно-методичних вказівок щодо їх проведення та виконання.

Зміст основної частини записується докладно: спеціальнопідготовчі та підвідні вправи, які підбираються згідно поставлених завдань, основні та допоміжні вправи.

У заключну частину добираються вправи, які сприяють відновленню процесів в організмі та підготовці учнів до наступної діяльності.

У графі “дозування” вказується час виконання або кількість повторень вправи.

<u>Організаційно-методичні вказівки до заняття охоплюють наступне коло питань:</u>

1. Умови проведення навчально-тренувального заняття

1. Підготовка місць занять.
2. Наявність необхідного інвентаря.
3. Заходи страхування та попередження нещасних випадків.

Приклад:

- до початку заняття зробити розмітки на спортивному майданчику для проведення гри;
- не допускати зустрічного кидання набивних м'ячів;
- перевірити справність кріплення приладів.

2. Умови організації навчально-тренувального заняття

1. Методи та способи організації учнів.
2. Розташування учнів.
3. Місце та характер самостійної роботи учнів.
4. Порядок користування інвентарем, підготовка та прибирання приладів.
5. Залучення учнів до суддівства та страхування.

Приклад:

– вправи виконувати в трійках;
– стрибки виконувати поперемінно, вишикувавши учнів у дві шеренги;
– забезпечити в парах взаємний контроль за якістю виконання;
– мати встановити попарно в довжину.

3. Методичні вказівки до окремих вправ:

1. уточнення техніки виконання вправ (амплітуда, темп, ритм, швидкість, ступінь зусиль);
2. вказівки щодо особливостей положення тіла або його частин, постави.

Приклад:

– випади робити глибше;

– вправу виконувати у максимальному темпі;

– тулуб тримати вертикально.

4. ***Методичні вказівки до проведення заняття***

1. Визначається і уточнюється вибір найдоцільних методів та методичних прийомів для навчання учнів рухових дій.

Приклади:

– навчання почати з вивчення техніки ведення м’яча на місці, а потім у русі;

– звертається увага на поштовх ногами;

– дати домашнє завдання для кращого засвоєння вправи і т. д.

2. Надання додаткової інформації для поглиблення знань учнів.

Приклади:

– надати перевагу техніки стрибка за даним способом;

– дати порівняльну характеристику варіантів кидків.

3. Зазначення методичних прийомів під час виконання вправ:

– для створення правильного уявлення про ритмічну структуру вправи, виконувати її за звуковим сигналом (подати сигнал на головній фазі вправи);

– перевірити положення тіла перед заключним зусиллям;

– вправу “міст” виконувати з підтримкою;

– стійки виконувати біля стіни.

4. У графі “дозування” вказується кількість повторень та підходів вправи або зазначається час, що відводиться на її виконання.

Приклади:

– повторити максимальну кількість разів “до не змоги”;

– виконувати вправи 12 – 16 разів.

– 4 п. х 10 р.

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Фаховий керівник _____

ПЛАН-КОНСПЕКТ

навчально-тренувального заняття № 1

з _____

для учнів-спортсменів _____

ЗАВДАННЯ:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Місце проведення _____

Час і дата проведення _____

Інвентар, обладнання _____

№ з/п	Зміст	Дозування	Організаційно-методичні вказівки
І. Підготовча частина			

II. Основна частина			

III. Заключна частина			

Оцінка за конспект _____

Оцінка за проведення _____

Тренер-викладач _____

(П. І. П.)

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Фаховий керівник _____

ПЛАН-КОНСПЕКТ

навчально-тренувального заняття № 2

з _____

для учнів-спортсменів _____

Місце проведення _____

Час і дата проведення _____

ЗАВДАННЯ:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Інвентар, обладнання _____

№ з/п	Зміст	Дозування	Організаційно-методичні вказівки
І. Підготовча частина			

II. Основна частина			

III. Заключна частина			

Оцінка за конспект _____

Оцінка за проведення _____

Тренер-викладач _____

(П. І. П.)

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Фаховий керівник _____

ПЛАН-КОНСПЕКТ

навчально-тренувального заняття № 3

з _____

для учнів-спортсменів _____

Місце проведення _____

Час і дата проведення _____

ЗАВДАННЯ:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Інвентар, обладнання _____

№ з/п	Зміст	Дозування	Організаційно-методичні вказівки
І. Підготовча частина			

II. Основна частина			

III. Заключна частина			

Оцінка за конспект _____

Оцінка за проведення _____

Тренер-викладач _____

(П. І. П.)

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Фаховий керівник _____

ПЛАН-КОНСПЕКТ

навчально-тренувального заняття № 4

з _____

для учнів-спортсменів _____

Місце проведення _____

Час і дата проведення _____

ЗАВДАННЯ:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Інвентар, обладнання _____

№ з/п	Зміст	Дозування	Організаційно-методичні вказівки
І. Підготовча частина			

II. Основна частина			

III. Заключна частина			

Оцінка за конспект _____

Оцінка за проведення _____

Тренер-викладач _____

(П. І. П.)

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Фаховий керівник _____

ПЛАН-КОНСПЕКТ

навчально-тренувального заняття № 5

з _____

для учнів-спортсменів _____

Місце проведення _____

Час і дата проведення _____

ЗАВДАННЯ:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Інвентар, обладнання _____

№ з/п	Зміст	Дозування	Організаційно-методичні вказівки
І. Підготовча частина			

II. Основна частина			

III. Заключна частина			

Оцінка за конспект _____

Оцінка за проведення _____

Тренер-викладач _____

(П. І. П.)

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Фаховий керівник _____

ПЛАН-КОНСПЕКТ

навчально-тренувального заняття № 6

з _____

для учнів-спортсменів _____

Місце проведення _____

Час і дата проведення _____

ЗАВДАННЯ:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Інвентар, обладнання _____

№ з/п	Зміст	Дозування	Організаційно-методичні вказівки
І. Підготовча частина			

II. Основна частина			

III. Заключна частина			

Оцінка за конспект _____

Оцінка за проведення _____

Тренер-викладач _____

(П. І. П.)

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Фаховий керівник _____

ПЛАН-КОНСПЕКТ

навчально-тренувального заняття № 7

з _____

для учнів-спортсменів _____

Місце проведення _____

Час і дата проведення _____

ЗАВДАННЯ:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Інвентар, обладнання _____

№ з/п	Зміст	Дозування	Організаційно-методичні вказівки
І. Підготовча частина			

II. Основна частина			

III. Заключна частина			

Оцінка за конспект _____

Оцінка за проведення _____

Тренер-викладач _____

(П. І. П.)

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Фаховий керівник _____

ПЛАН-КОНСПЕКТ

навчально-тренувального заняття № 8

з _____

для учнів-спортсменів _____

Місце проведення _____

Час і дата проведення _____

ЗАВДАННЯ:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Інвентар, обладнання _____

№ з/п	Зміст	Дозування	Організаційно-методичні вказівки
І. Підготовча частина			

II. Основна частина			

III. Заключна частина			

Оцінка за конспект _____

Оцінка за проведення _____

Тренер-викладач _____

(П. І. П.)

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Фаховий керівник _____

ПЛАН-КОНСПЕКТ

навчально-тренувального заняття № 9

з _____

для учнів-спортсменів _____

Місце проведення _____

Час і дата проведення _____

ЗАВДАННЯ:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Інвентар, обладнання _____

№ з/п	Зміст	Дозування	Організаційно-методичні вказівки
І. Підготовча частина			

II. Основна частина			

III. Заключна частина			

Оцінка за конспект _____

Оцінка за проведення _____

Тренер-викладач _____

(П. І. П.)

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Фаховий керівник _____

ПЛАН-КОНСПЕКТ

навчально-тренувального заняття № 10

з _____

для учнів-спортсменів _____

Місце проведення _____

Час і дата проведення _____

ЗАВДАННЯ:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Інвентар, обладнання _____

№ з/п	Зміст	Дозування	Організаційно-методичні вказівки
І. Підготовча частина			

II. Основна частина			

III. Заключна частина			

Оцінка за конспект _____

Оцінка за проведення _____

Тренер-викладач _____

(П. І. П.)

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Фаховий керівник _____

ПЛАН-КОНСПЕКТ

навчально-тренувального заняття № 11

з _____

для учнів-спортсменів _____

Місце проведення _____

Час і дата проведення _____

ЗАВДАННЯ:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Інвентар, обладнання _____

№ з/п	Зміст	Дозування	Організаційно-методичні вказівки
І. Підготовча частина			

II. Основна частина			

III. Заключна частина			

Оцінка за конспект _____

Оцінка за проведення _____

Тренер-викладач _____

(П. І. П.)

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Фаховий керівник _____

ПЛАН-КОНСПЕКТ

навчально-тренувального заняття № 12

з _____

для учнів-спортсменів _____

Місце проведення _____

Час і дата проведення _____

ЗАВДАННЯ:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Інвентар, обладнання _____

№ з/п	Зміст	Дозування	Організаційно-методичні вказівки
І. Підготовча частина			

II. Основна частина			

III. Заключна частина			

Оцінка за конспект _____

Оцінка за проведення _____

Тренер-викладач _____

(П. І. П.)

ВЛАСНІ ВРАЖЕННЯ ТА ПРОПОЗИЦІЇ ЩОДО ПОКРАЩЕННЯ СТАНУ ВИКЛАДАННЯ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ В ДЮСШ

ВИСНОВКИ ФАХОВОГО КЕРІВНИКА

ЗВІТ
ПРО ПРОХОДЖЕННЯ ПЕДАГОГІЧНОЇ ПРАКТИКИ В ДЮСШ

КОНТРОЛЬНІ ЗАПИТАННЯ, ЩО ВИНОСЯТЬСЯ НА ЗАХИСТ ПРАКТИКИ

1. Складіть перелік документації, яка необхідна для проведення змагань з певного виду спорту.
2. Поясніть, з яких розділів повинна складатись заявка на участь у змаганнях.
3. Складіть перелік обладнання та інвентаря, необхідного для проведення навчально-тренувальних занять з певного виду спорту.
4. Які контрольні вправи і тести ви будете застосовувати при відборі для занять певним видом спорту?
5. Складіть форму індивідуального щоденника тренування спортсмена, та дайте характеристику за розділами.
6. Поясніть основні напрями роботи Головної суддівської колегії під час проведенні змагань.
7. Складіть схему положення про змагання з певного виду спорту на першість міста і дайте характеристику його розділів.
8. Дайте практичні рекомендації за показниками навантаження в одному тренувальному занятті.
9. Поясніть методику побудови мезоциклу тренування для групи спортсменів-розрядників.
10. Дайте характеристику основної документації обліку роботи тренера.
11. Як скласти план-конспект навчально-тренувального заняття з певного виду спорту?
12. Поясніть, як і навіщо робиться педагогічний аналіз навчально-тренувального заняття?
13. На підставі яких документів планується навчально-тренувальна робота в ДЮСШ?
14. Дайте характеристику порядку придбання, видачі і списання спортивної форми та інвентарю.
15. Як скласти кошторис на проведення навчально-тренувального збору і змагання?

16. Які документи необхідно підготувати для оформлення спортивних розрядів і звань?
17. Поясніть, як провести семінар з підготовки суддів з певного виду спорту.
18. Дайте характеристику навчальної програми для ДЮСШ з певного виду спорту.
19. Дайте характеристику навчальної програми для ДЮСШ.
20. Як оформити відрядження команди спортсменів на змагання?
21. Як оформити відомості на харчування і видачу добових на навчально-тренувальному зборі або змаганні?
22. Як зробити звіт про відрядження команди спортсменів на змагання?
23. Дайте характеристику етапу початкової підготовки.
24. Дайте характеристику етапу попередньої базової підготовки.
25. Дайте характеристику етапу спеціалізованої базової підготовки.
26. Складіть перелік контрольних нормативів з ЗФП і СФП, що застосовуються для переводу спортсменів з однієї групи до другої в ДЮСШ.
27. Перерахуйте функціональні обов’язки тренера команди на змаганнях.
28. Перерахуйте функціональні обов’язки представника команди на змаганнях.
29. Дайте характеристику перспективного, поточного й оперативного планування у певному виді спорту.
30. Дайте характеристику етапного, поточного й оперативного контролю у певному виді спорту.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Буряк В. К. Методологічний аспект побудови навчального процесу. Вища школа. № 1, 2007. С. 10–19
2. . Волков В. Основи теорії та методики фізичної підготовки студентської молоді: Навчальний посібник. К: «Освіта України», 2008. 256 с.
3. Гуревич Р.С. Інноваційні педагогічні технології в підготовці магістрів. Теорія і практика управління соціальними системами : філософія, психологія, педагогіка, соціологія. 2013. № 2. С. 100-105.
4. Державні вимоги до навчальних программ з фізичного виховання в процесі освіти: Наказ Міністерства освіти України № 188 від 25.05.1998 р. [Электронний ресурс] // Міністерство освіти і науки України [сайт]. – Режим доступу: www.mon.gov.ua/laws/_188.doc (08.11.2010). – Назва з екрану.
5. І в а ш е н к о В. П., Б е з к о п и л ь н и й О. П. Методика фізичного виховання: Навчальний посібник. Черкаси, 2005. Ч. 1. С. 216-230.
6. . Качан О.А. Упровадження інноваційних технологій у фізкультурно-оздоровчу та спортивну діяльність закладів освіти: навчально-методичний посібник. Слов'янськ:Витоки, 2017. 138 с.
7. Кожевнікова Л. К. Кредитно-модульна система – європейський критерій оцінки якості знань студентів з дисципліни «Фізичне виховання». Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання.
8. Круцевич Т.Ю., Безверхня Г.В. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення: навч. посібник. К.: Олімп. л-ра, 2010. 248 с..
9. Круцевич Т.Ю. Теорія и методика фізичного виховання. Методика фізичного виховання різних груп населення. Т.2. К.: Олимпійська література, 2008. С. 155-174.
10. Нагаєв В.М. Педагогіка вищої школи: Навчальний посібник. Х.: «Стильна типографія», 2019. 267 с.
11. Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року "Рухова активність - здоровий спосіб життя - здорова нація" / Указ Президента України № 300/2021 від 21.07.2021 // https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/42/2016#Text
12. Олійник М. О. Правові основи організації та управління фізичною культурою, спортом і туризмом Україні. 3-тє вид., переробл. і допов. Харків: ХаДІФК, 2000. 292 с.
13. Положення про організацію і зміст роботи кафедри (циклової комісії) фізичного виховання вищого навчального закладу / Наказ МОН України від 24.12.2004 р., №4. 14 с. http://portal.rada.gov.ua/rada/control/uk/index
14. Присяжнюк С.І. Фізичне виховання. Навч. посібник. К.: Центр учбової літератури, 2008. 504 с.
15. . Про національну доктрину розвитку освіти: Указ Президента України. Урядовий кур'єр, 2002. № 74. 17 квітня.
16. Сайт Міністерства освіти і науки України. URL: 266 https://mon.gov.ua (дата звернення: 17.06.2017).
17. Сергієнко Л.П. Практикум з теорії і методики фізичного виховання: Навч. посібник для студентів ВНЗ ФВіС. Х: «ОВС», 2007. 271 с.
18. Стратегія розвитку фізичної культури і спорту на період до 2028 року / Постанова Кабінету Міністрів України від 4 листопада 2020 р. № 1089