

Міністерство освіти і науки України
Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника
Факультет фізичного виховання і спорту
Кафедра спортивно-педагогічних дисциплін

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ПРОХОДЖЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ПРАКТИКИ У ДЮСШ



Міністерство освіти і науки України
Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника
Факультет фізичного виховання і спорту
Кафедра спортивно-педагогічних дисциплін

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
ДО ПРОХОДЖЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ПРАКТИКИ
У ДЮСШ**

Івано-Франківськ
2023

Методичні вказівки до проходження навчальної практики у ДЮСШ.

Укладачі: П'ятничук Г.О., Синиця А.В., Яців Я.М.,
П'ятничук Д.В.,Цап І.Г.

Рецензенти :

Римик Р.В., кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри спортивно-педагогічних дисциплін

Крижанівська О.Ф., кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри фізичного виховання

Методичні вказівки призначені для студентів ОС «Бакалавр» спеціальності 017 Фізична культура і спорт, у методичних вказівках викладено загальні положення проходження навчальної практики у ДЮСШ, програму та зміст навчальної практики, зобов'язання студентів, визначені вимоги щодо оформлення документації, форми і методи контролю, методика оцінювання.

Затверджено до друку вченою радою факультету фізичного виховання і спорту Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника

протокол № 1 від 03.02.2023 р.

ЗМІСТ

ВСТУП	4
1. Програма навчальної практики	5
2. Зміст навчальної практики	8
2.1. Ознайомлення з об'єктом практики	8
2.2. Контроль за проходженням практики	11
3. Щоденник практики	13
4. Індивідуальний план	15
5. Журнал обліку роботи групи	17
6. План тренувань на мікроцикл	18
7. Кошторис витрат	19
8. План-конспект	20
9. Звіт	24
10. Контрольні запитання, що виносяться на захист практики	26
11. Критерії оцінювання	28
12. Література	29

ВСТУП

Пріоритетними завданнями національної системи вищої освіти є: забезпечення умов для опанування системою знань та підготовка молоді до подальшої практичної професійної діяльності, випуск конкурентно спроможних на ринку праці фахівців. Це передбачає виховання у студентів під час навчання у вищому навчальному закладі незалежних від викладача практичних навичок пошуку необхідної інформації, формування високої відповідальності студента за результати своєї навчальної, наукової та творчої діяльності.

Фахівець з фізичної культури і спорту має бути здатним засвоювати і реалізовувати досягнення світової цивілізації у своїй професійній діяльності, оволодіти сучасною методологією обґрунтування рішень і вибору стратегії діяльності з урахуванням загальнолюдських цінностей, особистісних, суспільних, державних та виробничих інтересів, а також уміти пристосуватись до ринкових відносин на рівні участі в роботі організацій різних форм власності.

Навчальна практика у ДЮСШ - необхідний етап у підготовці майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту. Вона проходить в умовах максимально наближених до справжніх умов майбутньої професійної діяльності. Навчальна практика у ДЮСШ спрямована на закріплення знань теоретичного курсу з «Сучасних технологій спортивного тренування» та з циклу дисциплін професійної підготовки «Теорії і методики обраного виду спорту», «Спортивно-педагогічного вдосконалення» та орієнтована на практичне пізнання закономірностей і принципів професійної діяльності. Вона сприяє інтеграції знань, отриманих студентом під час теоретичного навчання. Практична діяльність спонукає студентів шукати питання щодо змісту, методів і форм професійної діяльності в галузі фізичного виховання і спорту, а саме виконання обов'язків тренера з обраного виду спорту.

ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ПРАКТИКИ

Підготовка фахівця з фізичної культури та спорту до професійної діяльності здійснюється впродовж всього періоду навчання у вищому закладі освіти. Навчальна практика в дитячо-юнацькій спортивній школі є важливим станом формування професійних знань, умінь і навичок майбутнього тренера-викладача, саме умови педагогічної практики створюють необхідність активізувати самостійну діяльність студента під час виконання різноманітних навчальних завдань.

1.1. Мета практики.

Головна мета і зміст практики полягають в опануванні студентами сучасних засобів, методів і форм організації роботи тренера-викладача з обраного виду спорту, формуванні на базі отриманих компетентностей необхідних для здійснення професійної діяльності, прийняття самостійних рішень, виховання постійної необхідності систематичного оновлення своїх знань та творчого потенціалу, а також реалізація його у практичній діяльності.

Мета:

- ознайомлення студентів зі структурою і змістом роботи в спортивних організаціях: СДЮШОР, ДЮСШ, ШВСМ, спортивних клубах, які є базами практики;
- створення цілісного уявлення про зміст і характер тренерської діяльності (організаційна, виховна, навчально-тренувальна, науково-дослідна, адміністративно-господарча, суддівська та представницька);
- формування стійких навичок з організації та застосування на практиці сучасного науково-методичного арсеналу, включаючи засоби навчання, виховання, оздоровлення, а також спеціальної фізичної і техніко-тактичної підготовки;
- навчання студентів сучасних технологій планування, моделювання, програмування, корекції навчально-тренувальних впливів, а також контролю та оцінки ефективності власної тренерської діяльності.

Після проходження практики студенти повинні оволодіти наступними **компетенціями:**

- знати основні положення сучасної теорії та методики підготовки спортсменів;
- визначати мету, завдання, принципи, засоби, методи навчання та тренування з обраного виду спорту;
- розуміти сутність та зміст структури підготовки до змагань з урахуванням закономірностей періодизації спортивного тренування;
- знати методику набору і відбору перспективних дітей у спортивні секції;
- застосовувати основні положення теорії спорту для розв'язання завдань набору та відбору спортсменів;
- знати організацію та проведення змагань з обраного виду спорту;
- орієнтуватися в матеріально-технічному забезпеченні тренувального процесу та змагань;
- здійснювати навчально-виховний процес в обраному виді спорту з урахуванням вимог сучасних науково-методичних концепцій
- програмування, контролю та управління процесом фізичної підготовки спортсменів високого класу;
- організовувати та проводити змагання з обраного виду спорту, виконувати функції судді та представника команди, дотримуватись правил техніки безпеки, страхування, експлуатації спортивного інвентарю та спортивних споруд.

1.2. Завдання навчальної практики.

Обґрунтовуючи вибір засобів і методів практичних дій з урахуванням сучасних уявлень і досліджень з курсу «Сучасні технології спортивного тренування, теорії і методики викладання в обраному виді, а також теорії і методики викладання спеціальних дисциплін основними завданнями тренерської навчальної практики є:

- 1) формування професійних навичок і вмінь щодо практичної спрямованості навчально-тренувального процесу;
- 2) вивчення структури і змісту роботи тренера в різних ланках підготовки спортсменів в Україні, а саме: спортивній секції; дитячо-юнацькій спортивній школі; спеціалізованій дитячо-юнацькій спортивній школі; училищах з підготовки олімпійського резерву; школах вищої спортивної майстерності; центрах олімпійської підготовки та національних збірних командах; інших спортивних організаціях;
- 3) підготовка студентів до самостійної роботи в якості тренера-викладача в обраному виді спорту;
- 4) отримання повної уяви про зміст та характер тренерсько-викладацької діяльності на різних етапах підготовки спортсменів;
- 5) формування навичок щодо організації, планування, проведення навчально-тренувального процесу, здійснення контролю за ним та організації змагальної діяльності спортсменів;
- 6) ознайомлення зі структурою, формами, методами та змістом роботи спортивних організацій (об'єктів практики) на основі вивчення нормативної організаційно-методичної, фінансової документації та проведення бесід з керівником бази практики.

ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОЇ ПРАКТИКИ

2.1. Ознайомлення з об'єктом практики.

1-й тиждень

1. Взяти участь в роботі настановної конференції факультету.
2. Ознайомитися зі структурою, змістом та методами роботи спортивної організації, яка є об'єктом практики (ДЮСШ).
3. Ознайомитися з роботою спортивних секцій об'єкту практики та напрямками діяльності тренера.
4. Ознайомитися з контингентом закріпленої навчально-тренувальної групи.
5. Бути присутнім на навчально-тренувальних заняттях, які проводять тренери від бази практики.
6. Ознайомитися з програмним та навчально-методичним забезпеченням для ДЮСШ.
7. Взяти участь в проведенні навчально-тренувальних занять як асистент тренера.
8. Ознайомитися з методичною і науково-дослідною роботою тренера на об'єкті практики.
9. Ознайомитися з організацією і проведенням спортивних змагань.
10. Ознайомитися з особливостями проведення занять з групами різного віку і статі.
11. Брати участь у методичних нарадах з методистом практики від факультету.
12. Підготувати плани-конспекти навчально-тренувальних занять.
13. Складання планів навчально-тренувального процесу на мікроцикл.

Підготувати:

- Індивідуальний план роботи на період проходження практики.
- Журнал (щоденник) обліку роботи з навчально-тренувальною групою.
- Плани-конспекти навчально-тренувальних занять (один розширений).

2-й тиждень

1. Ознайомитися зі змістом роботи тренерської ради і суддівської колегії спортивної організації - об'єкта практики.
2. Розпочати проведення науково-дослідної роботи в навчально-тренувальній групі.
3. Взяти участь у підготовці та проведенні спортивного вечора чи показових виступів, спортивних змагань.
4. Продовжити знайомство з методичною і науково-дослідною роботою тренера на об'єкті практики.
5. Опрацьовувати наукову та навчально-методичну літературу з фахових дисциплін.
6. Брати участь у методичних нарадах з методистом практики від факультету.
7. Засвоїти методику оформлення основної документації спортивних змагань з виду спорту, а саме: заявки, картки спортсмена, протоколу змагань, звіту про проведення змагань.
8. Засвоїти методику складання документації планування та обліку навчально-тренувального процесу в ДЮСШ.
9. Допомогати тренеру в прийомі контрольних нормативів в учнів навчально-тренувальних груп.
10. Вдосконалювати знання з методики навчання та тренування дітей, підлітків на об'єкті практики.
11. Ознайомитися з документацією, технологією підготовки та проведенням навчально-тренувальних зборів.
12. Взяти участь в оформленні стендів, фотостендів, плакатів про події тренерської практики.
13. Ознайомитися з документацією щодо оформлення спортивних розрядів і звань.

14. Провести тестування (разом з лікарем) щодо визначення рівня функціональної підготовленості учнів групи.

Підготувати:

1. Документацію практики по роботі з навчально-тренувальною групою.
2. Регламент про спортивні змагання з виду спорту.
3. Документацію практики по роботі з навчально-тренувальною групою.
4. Контрольні запитання до семінару з підготовки суддів з виду спорту.
5. Контрольні нормативи з ЗФП та СФП, що дають право переводу до наступної навчальної групи за рівнем підготовленості.
6. Авансовий звіт про відрядження на навчально-тренувальні збори чи змагання.
7. Заявку на участь у спортивних змаганнях.
8. Кошторис на проведення навчально-тренувального збору чи участі у змаганнях.
9. Закінчити оформлення звітної документації з практики.
10. Підготуватись до виступу на підсумковій конференції з навчальної практики.

2.2. 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.

ІНДИВІДУАЛЬНИЙ ПЛАН

роботи студента _____

курсу _____ групи _____

на час навальної практики з « _____ » _____ до « _____ » _____

у ДЮСШ (СДЮШОР) _____

№ п/п	Розділи плану. Заходи	Термін виконання	Відмітка про виконання
1	Участь в установчій методичній конференції		
2	Участь у методичному занятті з викладачем-методистом		
I. Ознайомлення з об'єктом практики			
1	Ознайомлення з діяльністю спортивної організації (ДЮСШ) об'єктом практики	6	
2	Ознайомлення з організацією навчально-тренувального процесу, виховної роботи, структурою і змістом підготовки спортсменів		
II. Організація навчально-тренувального процесу			
1	Визначення контингенту спортсменів		
2	Ознайомлення з розкладом проведення занять		
3	Педагогічні спостереження за роботою тренера-викладача		
III. Навчально-тренувальна робота			
1	Визначити мету, задачі навчально-тренувального процесу і виховної роботи зі спортсменами		
2	Складання планів навчально-тренувального процесу на мікроцикл, конспектів навчально-тренувальних		

	занять		
IV. Виховна робота			
1	Визначити мету, завдань, форм і методів виховної роботи відповідно до контингенту групи спортсменів		
2	Проведення бесід, диспутів, обговорення спортивних статей і книг, зустрічі з видатними спортсменами, ветеранами спорту. Плани диспутів і організація культурного дозвілля		
V. Проведення змагань, представництво на змаганнях			
1	Скласти регламентуючу документації для підготовки і проведення спортивних змагань, підготовки суддівських кадрів, присвоєння спортивних розрядів		
VI. Адміністративно-господарська та фінансова діяльність			
1	Вивчення фінансових документів спортивної організації-об'єкта практики.		
2	Оформлення документації на проведення спортивних змагань (навчально-тренувальних зборів)		
3	Складання кошторису витрат на проведення спортивних змагань (навчально-тренувальних зборів)		
VII. Методична і науково-дослідна робота			
1	Вивчення методичних документів тренерської практики		
2	Вивчення методичних документів з питань організації, проведення навчально-тренувального процесу		
3	Вивчення методичних документів тренерської - викладацької діяльності		
VIII. Суспільно-корисна робота			
1	Участь у роботі тренерської Ради		
2	Участь у роботі педагогічної ради		
3	Участь у роботі федерації з виду спорту		

”ЗАТВЕРДЖУЮ”

Фаховий керівник _____

ПЛАН ТРЕНУВАНЬ НА МІКРОЦИКЛ (для групи-----

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 з технічної підготовки										
Загальнофізична підготовка										
Спеціальнофізична підготовка										
Тактична підготовка										
Заняття іншими видами спорту										
Тривалість										

(організації) (підпис)
«__» _____ 20__ р.

КОШТОРИС ВИТРАТ

На участь команди

в м. _____ з «__» _____ по «__» _____ 20__ р.

1. Проїзд учасників команди:

- спортсменів: _____ грн. x _____ осіб x 2 кінця = _____ грн.

- тренерів: _____ грн. x _____ осіб x 2 кінця = _____ грн.

РАЗОМ: _____ грн.

2. Добові в дорозі:

спортсменів: _____ грн. x _____ осіб x 2 кінця = _____ грн.

тренерів: _____ грн. x _____ осіб x 2 кінця = _____ грн.

РАЗОМ: _____ грн.

3. Розміщення (проживання) з «__» _____ по «__» _____ 20__ р.

_____ грн x _____ спортсменів x _____ днів = _____ грн

_____ грн x _____ тренерів x _____ днів = _____ грн

РАЗОМ: _____ грн.

4. Харчування

_____ грн x _____ спортсменів x _____ днів = _____ грн

_____ грн x _____ тренерів x _____ днів = _____ грн

РАЗОМ: _____ грн.

5. Інші витрати

_____ = _____ грн.

_____ = _____ грн.

_____ = _____ грн.

РАЗОМ: _____ грн

Всього по кошторису - _____ грн

(_____)

Кошторис склав _____

Заступник директора _____

Головний бухгалтер _____

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Фаховий керівник

ПЛАН-КОНСПЕКТ

навчально-тренувального заняття № ____

з

Місце проведення

Час і дата проведення

Завдання:

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

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

Контрольні запитання, що виносяться на захист практики

1. Які контрольні вправи і тести Ви будете застосовувати при відборі для занять видом спорту?
2. Дайте практичні рекомендації за показниками навантаження в одному тренувальному занятті.
3. Поясніть методика побудови мезоциклу тренування для групи спортсменів-розрядників.
4. Дайте характеристику основної документації обліку роботи тренера.
5. Як скласти план-конспект навчально-тренувального заняття з виду спорту?
6. Поясніть, як і навіщо складається педагогічний аналіз навчально-тренувального заняття?
7. На підставі яких документів планується навчально-тренувальна робота в ДЮСШ?
8. Дайте характеристику порядку придбання, видачі і списання спортивної форми та інвентарю.
9. Як скласти кошторис на проведення навчально-тренувального збору і змагання?
10. Які документи необхідно підготувати при оформленні спортивних розрядів і звань?
11. Поясніть, як провести семінар по підготовці суддів з виду спорту.
12. Дайте характеристику навчальної програми для ДЮСШ з виду спорту.
13. Дайте характеристику навчальної програми для ШВСМ.
14. Як оформити відрядження команди спортсменів на змагання?
15. Як оформити відомості на харчування і видачу добових на навчально-тренувальному зборі або змаганні?
16. Як відзвітуватися про відрядження команди спортсменів на змагання?
17. Дайте характеристику етапу спеціалізованої базової підготовки.

18. Складіть перелік контрольних нормативів з ЗФП і СФП, що застосовуються для переведу спортсменів масових спортивних розрядів з однієї групи до другої в ДЮСШ.

19. Дайте характеристику перспективному, поточному і оперативному плануванню у виді спорту.

20. Дайте характеристику етапному, поточному і оперативному контролю у виді спорту.

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
80 – 89	B	добре	
70 – 79	C		
60 – 69	D	задовільно	
50 – 59	E		
26 – 49	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-25	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Література

1. Державні вимоги до навчальних програм з фізичного виховання в процесі освіти: Наказ Міністерства освіти України № 188 від 25.05.1998 р. [Електронний ресурс] // Міністерство освіти і науки України [сайт]. – Режим доступу: www.mon.gov.ua/laws/_188.doc (08.11.2010). – Назва з екрану.
2. Івашенко В. П., Безкопильний О. П. Методика фізичного виховання: Навчальний посібник. Черкаси, 2005. Ч. 1. С. 216-230.
3. Качан О.А. Упровадження інноваційних технологій у фізкультурно-оздоровчу та спортивну діяльність закладів освіти: навчально-методичний посібник. Слов'янськ:Витоки, 2017. 138 с.
4. Кожевнікова Л. К. Кредитно-модульна система – європейський критерій оцінки якості знань студентів з дисципліни «Фізичне виховання». Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання.
5. Круцевич Т.Ю., Безверхня Г.В. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення: навч. посібник. К.: Олімп. л-ра, 2010. 248 с..
6. Круцевич Т.Ю. Теорія и методика фізичного виховання. Методика фізичного виховання різних груп населення. Т.2. К.: Олімпійська література, 2008. С. 155-174.
7. Нагаєв В.М. Педагогіка вищої школи: Навчальний посібник. Х.: «Стильна типографія», 2019. 267 с.
8. 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>
9. Олійник М. О. Правові основи організації та управління фізичною культурою, спортом і туризмом України. 3-тє вид., переробл. і допов. Харків: ХаДІФК, 2000. 292 с.

10. 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>

11. Присяжнюк С.І. Фізичне виховання. Навч. посібник. К.: Центр учбової літератури, 2008. 504 с.

12. . Про національну доктрину розвитку освіти: Указ Президента України. Урядовий кур'єр, 2002. № 74. 17 квітня.

13. Сайт Міністерства освіти і науки України. URL: 266 <https://mon.gov.ua> (дата звернення: 17.06.2017).

14. Сергієнко Л.П. Практикум з теорії і методики фізичного виховання: Навч. посібник для студентів ВНЗ ФВіС. Х: «ОВС», 2007. 271 с.

15. Стратегія розвитку фізичної культури і спорту на період до 2028 року / Постанова Кабінету Міністрів України від 4 листопада 2020 р. № 1089

