

Содержание педагогической практики студентов 4-ого курса
Сроки прохождения педагогической практики
с 9.02.15 по 20.03.15 (шесть недель)

ЦЕЛЬЮ производственной практики является формирование у студентов необходимых профессиональных умений педагога-тренера.

В период практики студенты должны овладеть отдельными педагогическими умениями, определяющими результативность деятельности тренера:

- наблюдать, сравнивать, отбирать, анализировать и систематизировать учебно-тренировочный материал;
- диагностировать состояние и уровень подготовленности спортсменов (тестирование физических качеств, функциональных возможностей, тренированности, сформированности двигательных умений и навыков);
- прогнозировать результаты учебно-тренировочной и соревновательной деятельности;
- осуществлять перспективное, текущее и оперативное планирование учебно-тренировочной, соревновательной, воспитательной, научно-методической и других разделов деятельности тренера;
- творчески применять профессионально-педагогические знания в решении конкретных учебно-тренировочных и воспитательных задач с учетом возрастных, индивидуальных, социально-психологических особенностей занимающихся;
- организовывать учебно-тренировочную, соревновательную и воспитательную работу со спортсменами на уровне современных психолого-педагогических, медико-биологических, дидактических и методических требований;
- выбирать и творчески применять методы, средства и организационные формы учебно-тренировочной, соревновательной, воспитательной и других видов деятельности занимающихся в соответствии с решаемыми задачами;
- устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися, руководящим составом, тренерами, родителями и общественностью;
- учитывать и оценивать результаты деятельности с целью определения новых задач;
- организовывать и проводить агитационную работу по вовлечению детей и взрослых в занятия физической культурой и спортом;
- выполнять обязанности судей на всех участках судейской работы;
- совершенствовать свое технико-тактическое мастерство.

Задания для студентов 4 курса

Задание 1. Подробно изучить инструкции для студента, проходившего практику, представленных в дневнике и ознакомиться с программой практики.

10 февраля 2015 г. посетить спортивную школу с целью знакомства с организацией учебно-тренировочной работы и распределения в группы начальной подготовки, учебно-тренировочные группы первого и второго годов обучения с нагрузкой 12 часов в неделю.

С 10 февраля 2015 г. приступить к прохождению педагогической практики включительно по 20.03.15.

Задание 2. Изучить опыт работы тренера преподавателя по избранному виду спорта и использовать его в своей практической деятельности.

Задание 3. Разработать отчет на тему «Пути повышения эффективности учебно-тренировочного процесса в ДЮСШ, ДЮКФП, ДЮСШОР».

Задание 4. Провести пульсометрию. В отчете представить протокол, график физиологической кривой нагрузки и выводы.

Задание 5. Провести хронометраж учебно-тренировочного занятия с целью определения общей и моторной плотности, сделать выводы;

Задание 6. Разработать план-график учебно-тренировочного процесса на год.

Задание 7. Подготовить и оформить конспекты всех проводимых учебно-тренировочных занятий.

Задание 8. Принять участие в организации и проведении спортивно-массовых мероприятий проходящих в учреждении. Представить в дневнике педагогических наблюдений подтверждающие документы.

Задание 9. Определить темпы прироста физической подготовленности спортсменов, используя результаты тестирования ОФП и СФП спортсменов одной группы(НП-2). Исходный уровень – результаты тестирования ОФП и СФП полученные в начале учебного года. Конечный уровень – результаты тестирования ОФП полученные на последней недели прохождения педагогической практики.

Использую следующую формулу:

$$T = \frac{100\% (П_2 - П_1)}{0,5 (П_2 + П_1)}$$

Где П 1 – исходный результат; П2 – конечный результат.

На основе полученных результатов сделать общие выводы в отчете.

Задание 10. Оценить физическую работоспособность спортсменов одной группы (НП-2), используя функциональную пробу Руффье.

Проба Руффье.

- 1) Обследуемый находится в положении стоя в течение 5 минут
- 2) За 15 секунд подсчитывается пульс (Р₁)
- 3) Выполняется физическая нагрузка (30 приседаний за 1 минуту)
- 4) Повторно подсчитывается пульс за первые 15 секунд 1-ой минуты восстановления (Р₂)
- 5) Повторно подсчитывается пульс за последние 15 секунд 1-ой минуты восстановления (Р₃)

* - при подсчете пульса обследуемый должен находиться в положении стоя

По результатам пробы подсчитывается **индекс Руффье (ИР)**.

$$\text{Индекс Руффье} = \frac{(P_2 - 70) + (P_3 - P_1)}{10}$$

Оценка пробы:

1. Проба выполнена «отлично»: 0-2,8
2. Проба выполнена «хорошо»: 3-6
3. Проба выполнена «удовлетворительно»: 6-8
4. Проба выполнена «плохо»: свыше 8.

На основе полученных результатов сделать общие выводы в отчете.

Учебно-методическое обеспечение практики

Литература:

1. Бауэр, В.Г. Организация педагогического контроля деятельности спортивных школ / В.Г. Бауэр – М., 2003.
2. Волков, Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Л.В. Волков–Киев., 2002.
3. Дикунов, А.И. Основы образования и обучения. Учебник для студентов физкультурных учебных заведений./ А.И. Дикунов, – Омск, 1998.
4. Дергач, А.А., Творчество тренера / А.А. Дергач, А.А. Исаев– М., 1982.
5. Зуав, В.Н. Управление системой спортивного соревнования / В.Н. Зуав– Тюмень, 2001.
6. Корх, А.Я. Тренер: деятельность и личность / А.Я. Корх– М., 2000.
7. Карелин А.О. Правильное питание при занятиях спортом и физической культурой. – СПб.: «Издательство «ДИЛЯ», 2003. – 256 с.
8. Курамшин Ю.Ф. Высшие спортивные достижения как объект системного анализа. – СПб.: РГПУ им. А.И. Герцена, 2002 – 147 с.
9. Курамшин, Ю.Ф. Теория и методика физической культуры. /Под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. – М., 2003.
10. Лобанов, А.А. Основы профессионально - педагогического общения / А.А. Лобанов – М., 2002.
11. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты. – 4-е изд. испр. и доп. – СПб.: «Лань», 2005. – 384 с.

12. Методика подготовки и проведения физкультурно-спортивных мероприятий. Учебно-метод. пособие – Челябинск. УралГАФК, 1999.
13. Государственный образовательный стандарт высшего профессионального образования.- М., 2002.
14. Нормативно-правовые основы, регулирующие деятельность спортивных школ. - М.,1995.
15. Озолин, Н.Г. Настольная книга тренера / Н.Г. Озолин -М., 2002.
16. Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование. / Под ред. Ю.Д. Железняка. – М., 2002.
17. Программа педагогической практики студентов 4 курса по специализации «Тренер-преподаватель» в ДЮСШ. - Челябинск, 2001.
18. Смирнов, П.Г. Организация физкультурно–досуговой деятельности по месту жительства / П.Г Смирнов, В.Г. Хромин – Тюмень, 2003.
19. Справочник работника физической культуры и спорта. /Составитель А.В. Царик. – М., 2003.
20. Спортивные праздники круглый год. Метод. - пособие. 2004.
Таймазов В.А., Марьянович А.Т. Биоэнергетика спорта. / СПб.: Издательство «Шатон», 2002. – 122 с.
21. Ульянов, В.И. Методические основы профессиональной направленности физического воспитания будущих учителей. Учебное пособие / В.И. Ульянов. - Пятигорск, 1996.
22. Федоров, А.И. Комплексный контроль в спорте / А.И. Федоров, В.А. Шумайлов, В.Н. Береглазов - Челябинск, 2003.
23. Якимов А.М. Основы тренерского мастерства/ Учебно-методическое пособие. - М.: Терра-Спорт, 2003.