

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«ХАРКІВСЬКА ГУМАНІТАРНО-ПЕДАГОГІЧНА АКАДЕМІЯ»
ХАРКІВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ РАДИ

ВИРОБНИЧА ПРАКТИКА: ТРЕНЕРСЬКА

УДК 796.071.4(076)

Укладачі:

Школа О.М. - к.пед.н., проф., завідувач кафедри фізичного виховання та спортивного вдосконалення;

Фоменко О.В. - к.пед.н., доцент, доцент кафедри фізичного виховання та спортивного вдосконалення .

Рецензенти:

Житницький А.О. – тренер-викладач з пауерліфтингу КДЮСШ № 9 м. Харкова, суддя Національної категорії з пауерліфтингу, кандидат педагогічних наук;

Шепеленко Т.В. – голова громадської організації «Федерація спортивної аеробіки та фітнесу Харківщини», тренер-викладач зі спортивної аеробіки та черлідінгу, суддя Національної категорії зі спортивної аеробіки та фітнесу, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри фізичного виховання і спорту УкрУЗТ.

Школа О.М., Фоменко О.В. Виробнича практика: тренерська: методичні рекомендації. Харків: ХГПА, 2023. 31с.

«Виробнича практика: тренерська» є методичною розробкою, яка призначена для керівників практик та здобувачів вищої освіти спеціальності 017 Фізична культура і спорт, спеціалізації Фітнес.

В методичних рекомендаціях викладені загальні положення проходження виробничої практики: тренерської, наскрізний план її проведення, зобов'язання здобувачів і керівників, визначені вимоги щодо оформлення документації, форми і методи контролю, методика оцінювання.

Розглянуто та схвалено до друку НМР академії (протокол № ____ від ____ січня 2024 року)

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
I. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ ТРЕНЕРСЬКОЇ ПРАКТИКИ.....	5
II. ЗМІСТ ТРЕНЕРСЬКОЇ ПРАКТИКИ.....	7
III. ОРГАНІЗАЦІЯ ТРЕНЕРСЬКОЇ ПРАКТИКИ.....	10
IV. ФОРМИ ТА МЕТОДИ КОНТРОЛЮ.....	13
V. ОФОРМЛЕННЯ ЗВІТНОЇ ДОКУМЕНТАЦІЇ.....	16
VI. МЕТОДИКА ОЦІНЮВАННЯ.....	17
СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	21
ДОДАТКИ.....	23
Додаток А. Характеристика.....	23
Додаток Б. План-конспект навчально-тренувального заняття.....	24
Додаток В. Індивідуальний план роботи здобувача вищої освіти практиканта.....	25
Додаток Д. Документація залікового навчально-тренувального заняття.....	26
Додаток Ж. Звіт про роботу здобувача вищої освіти-практиканта.....	28
Додаток З. Документи проведення спортивного (виховного) заходу.....	29
Перелік контрольних питань до заліку з виробничої практики: тренерської.....	30

ВСТУП

У Законі України "Про вищу освіту" пріоритетними завданнями національної системи освіти є: забезпечення умов для оволодіння системою знань, причому не просто набуття здобувача вищої освіти теоретичних знань у певній галузі, а що не менш важливо-підготовка молоді до подальшої практичної професійної діяльності, випуск конкурентно спроможних на світовому ринку праці фахівців. Це передбачає виховання у здобувачів вищої освіти під час навчання у закладі вищої освіти незалежних від викладача практичних навичок пошуку необхідної інформації, формування високої відповідальності здобувача вищої освіти за результати своєї навчальної, наукової та творчої діяльності.

Фахівець із фізичного виховання і спорту (тренер з фітнесу) 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 у ринкові відносини на рівні участі в роботі організацій різних форм власності. Він може виконувати типові практичні та узагальнюючого характеру прикладні професійні завдання, а отже має добре орієнтуватись як у теоретичних, так і прикладних проблемах фізичного виховання і спорту та має бути здатним до проведення науково-практичних досліджень у цій галузі.

У сфері його професійної діяльності вирізняється науково-дослідна та практична робота. Фахівець із фізичного виховання і спорту повинен володіти професійними знаннями в галузі фізичного виховання і спорту, вміти застосовувати ці знання в своїй професійній діяльності.

Студентські практики є однією з основних форм освітньо-професійної підготовки здобувачів вищої освіти, органічною складовою педагогічного

процесу в ЗВО, що забезпечує поєднання теоретичної підготовки майбутніх фахівців та набуття ними досвіду практичної роботи зі своєї спеціальності.

Виробнича практика: тренерська - необхідний етап в підготовці майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту. Вона проходить в умовах максимально наближених до справжніх умов майбутньої професійної діяльності. Дана практика спрямована на закріплення знань теоретичного курсу з теорії спортивного та оздоровчого тренування, теорії і методики викладання фітнесу (за різними напрямками), а також теорії і методики викладання спеціальних дисциплін.

Виробнича практика: тренерська здобувача вищої освіти спрямована на практичне пізнання закономірностей і принципів професійної діяльності. Вона спрямовує інтеграції знань, отриманих здобувачем вищої освіти під час теоретичного навчання. Практична діяльність спонукає здобувачів вищої освіти шукати питання щодо змісту, методів і форм професійної діяльності в галузі фізичного виховання і спорту, а саме виконання обов'язків тренера з фітнесу.

I. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ ТРЕНЕРСЬКОЇ ПРАКТИКИ

Головна мета і зміст практики полягають в опануванні здобувачами вищої освіти сучасних методів і форм організації роботи тренера з фітнесу, формуванні на базі отриманих знань навичок і умінь, необхідних для здійснення професійної діяльності, прийняття самостійних рішень, творчого використання своїх знань у практичній діяльності.

Поставлена мета досягається шляхом:

- 1) ознайомлення здобувачів вищої освіти зі структурою і змістом роботи в державних спортивних організаціях — СДЮШОР, ДЮСШ, ШВСМ, що є базами практики;
- 2) створення цілісного уявлення про зміст і характер тренерської діяльності (організаційна, виховна, навчально-спортивна, науково-дослідна, адміністративно-господарча, суддівська та представницька);
- 3) формування стійких навичок з організації, планування та проведення навчально - тренувального процесу, а також контролю за його ефективністю;
- 4) навчання здобувачів вищої освіти передових методів організації і планування діяльності тренера з фітнесу.

Після проходження тренерської практики здобувачі вищої освіти повинні

знати:

- основні положення сучасної теорії та методики підготовки спортсменів з фітнесу за видами (спортивної аеробіки, пауерліфтингу, черлідінгу);
- мету, завдання, принципи, засоби, методи навчання та тренування з фітнесу;
- суть та зміст структури підготовки до змагань з урахуванням закономірностей періодизації спортивного та оздоровчого тренування;
- методику набору і відбору перспективних дітей у спортивні секції;
- організацію та проведення змагань з фітнесу;
- матеріально-технічне забезпечення тренувального процесу та змагань.

уміти:

- ефективно використовувати основні положення загальної теорії та методики підготовки спортсменів;
- здійснювати навчально-виховний процес в фітнесу з урахуванням вимог сучасних науково-методичних концепцій програмування, контролю та управління процесом фізичної підготовки спортсменів високого класу;
- застосовувати основні положення теорії спорту для розв'язання завдань набору та відбору спортсменів;

- організувати та проводити змагання з фітнесу за видами, виконувати функції судді та представника команди, дотримуватись правил техніки безпеки, експлуатації спортивного інвентарю та спортивних споруд.

Обґрунтовуючи вибір засобів і методів практичних дій з урахуванням сучасних уявлень і досліджень з курсу теорії спортивного тренування, теорії і методики фітнесу, а також теорії і методики викладання спеціальних дисциплін основними завданнями тренерської виробничої практики є:

- 1) формування професійних навичок і вмінь щодо практичної спрямованості освітнього процесу;

- 2) підготовка здобувачів вищої освіти до самостійної роботи в якості тренера-викладача в фітнесі.

- 3) вивчення структури і змісту роботи тренера у різних ланках підготовки спортсмена, а саме: в шкільній спортивній секції; в дитячо-юнацькій спортивній школі; в спеціалізованій дитячо-юнацькій спортивній школі; в школі вищої спортивної майстерності; в центрі олімпійської підготовки;

- 4) отримання повної уяви про зміст та характер тренерської діяльності на різних етапах підготовки спортсменів;

- 5) формування навичок 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 (баз практики) на основі вивчення нормативної організаційно-методичної, фінансової документації та проведення бесід з керівним складом організацій.

II. ЗМІСТ ТРЕНЕРСЬКОЇ ПРАКТИКИ

1. Організаційна робота.

1.1. Участь здобувачів вищої освіти в установчій та підсумковій конференціях.

1.2. Знайомство із спортивною школою, ДЮСШ, СДЮСШОР і спортивною базою.

1.3. Проведення бесіди з директором ДЮСШ, заступником директора, старшим тренером відділення, тренером групи, лікарем.

1.4. Вивчення загального річного плану роботи груп ДЮСШ.

1.5. Підготовка звітної документації.

2. Навчально-тренувальна робота.

2.1. Ознайомлення з плануванням та обліком роботи груп ДЮСШ.

2.2. Вивчення методів викладання навчально-тренувальної роботи в групах ДЮСШ.

2.3. Складання поурочних робочих планів в закріплених групах (початкової підготовки, навчально-тренувальної групи і групи спортивного вдосконалення).

2.4. Складання поурочних планів-конспектів для закріплених груп (по 2 на кожну вікову групу).

2.5. Спостереження і аналіз відкритих тренувальних занять тренерами з виду спорту, вивчення процесу підготовки до тренувального процесу.

2.6. Проведення 4-х педагогічних аналізів тренувального процесу (тренера та здобувача вищої освіти-практиканта).

2.7. Проведення хронометражу та побудова фізіологічної кривої тренування (тренера та здобувача вищої освіти-практиканта).

2.8. Проведення здобувачем вищої освіти навчально-тренувального заняття в якості помічника (на протязі першого тижня).

2.9. Самостійне проведення в якості тренера не менш десяти навчально-тренувальних занять з виду спорту на період практики за розділами програми ДЮСШ, з використанням різноманітних методів: фронтального, по відділенням, по групах, індивідуального, колового.

2.10. Проведення обліку успішності та іншої навчальної документації і навчально-тренувальної і змагальної діяльності в закріпленій групі (з другого тижня).

3. Виховна робота в ДЮСШ.

3.1. Надання допомоги в організації та проведенні спортивних та фізкультурно-оздоровчих заходів під час практики.

3.2. Проведення не менш 2-х бесід з фізичного виховання та спорту в закріпленій групі.

3.3. Кожен студент-практикант на базі ДЮСШ повинен організувати

та провести змагання або тестування з фітнесу за видами в онлайн-режимі.

4. Профорієнтаційна робота.

4.1. Виявлення інтересів та здібностей, талановитих учнів випускних класів за допомогою тестування, анкетування.

4.2. Проведення індивідуальних бесід з учнями випускних класів про факультет фізичного виховання та мистецтв Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради.

4.3. Кожен студент-практикант готує команду з учнів випускників груп ДЮСШ для участі в онлайн-фестивалі «Рухаємося вперед заради ПЕРЕМОГИ!».

4.4. Розробка сценарію, організації і проведення спортивного свята з професійною спрямованістю з дітьми ДЮСШ.

4.5. Підготовка і оформлення презентації про факультет фізичного виховання та мистецтв, а також дітей закріпленої групи ДЮСШ.

5. Адміністративно-господарська та фінансова діяльність.

5.1. Вивчення фінансових документів спортивної організації - об'єкта практики.

5.2. Оформлення документації на проведення навчально-тренувальних зборів спортивних змагань, відряджень, інших спортивно-масових заходів.

5.3. Складання фінансових звітів про проведення спортивних заходів та відряджень.

5.4. Участь у придбанні спортивної форми, інвентарю, обладнання, його списання.

5.5. Складання угоди на оренду спортивної бази.

6. Методична робота.

6.1. Вивчення методичних документів тренерської практики.

6.2. Вивчення методичних посібників з питань організації, проведення та управління навчально-тренувальним процесом і тренерською діяльністю.

6.3. Проведення індивідуальних та участь у групових дослідженнях за програмою практики.

6.4. Узагальнення та аналіз даних тестування в процесі тренувальних занять, участі у змаганнях спортсменів навчальних груп.

6.5. Виконання завдання за темою курсової або іншої наукової роботи.

6.6. Участь у роботі тренерської ради, педагогічної ради, федерації з фітнесу за видами (спортивна аеробіка, пауерліфтинг, черлідінг).

6.7. Ознайомлення з документацією об'єкта практики із підготовки громадських інструкторів та суддів з видів спорту.

За час проходження виробничої практики: тренерської здобувачі вищої освіти-практиканти зобов'язані виконати всі розділи програми у

відповідності зі своїм індивідуальним планом, використовуючи онлайн-платформи та застосунки. Розрахунок годин на окремі навчальні завдання коректується з врахуванням особистого досвіду здобувача вищої освіти набутих ним навичок, умінь та знань.

У навчально-тренувальному процесі з прикріпленими групами здобувачі вищої освіти-практиканти орієнтуються на плани роботи тренерів СДЮШОР, ДЮСШ, ШВСМ, що є базами практики.

Водночас кожний практикант зобов'язаний проявити особисту ініціативу і творчість, уникати шаблону і формалізму в змісті, організації і методиці проведення навчально-тренувальних занять та інших фізкультурно-спортивних заходів, що проводяться в поза навчальний час. З цією метою практикант зобов'язаний:

1. Проводити навчально-тренувальні заняття з дітьми різних вікових категорій;
2. Планувати проведення занять як в приміщенні, так і на відкритих майданчиках, зокрема в онлайн-режимі;
3. Урізноманітнювати зміст занять;
4. Застосовувати різноманітні методи організації занять і методи навчання, ширше використовувати змагальний, груповий, індивідуальний та інші методи проведення навчально-тренувальних занять;
5. Проводити заняття різних типів і форм;
6. Взяти участь в пропагандистській роботі зі дітьми, тренерсько-викладацьким складом, в оформленні інформаційно-освітніх стендів тощо;
7. Впроваджувати передові наукові та науково-інформаційні технології в процес тренування.

III. ОРГАНІЗАЦІЯ ТРЕНЕРСЬКОЇ ПРАКТИКИ

Відповідальність за загальну організацію практики та контроль за її проведенням покладається на викладача-керівника виробничої практики: тренерської від ЗВО, що підпорядкований декану факультету фізичного виховання та мистецтв. Викладач-керівник практики приймає і оцінює звіти здобувачів вищої освіти про проходження практики. На підставі цього він виставляє оцінки.

Керівник тренерської практики від академії контролює готовність бази практики до початку її проведення, забезпечує проведення необхідних організаційних заходів: інструктаж здобувачів вищої освіти про порядок проведення практики в онлайн-режимі, надання здобувачам вищої освіти-практикантам необхідної документації тощо.

До методичного керівництва тренерською практикою здобувачів вищої освіти залучаються досвідчені викладачі кафедр та провідні фахівці з баз практики. Викладач керівник практики від ЗВО спільно з тренером від бази практики забезпечують високу якість виконання кожним здобувачем вищої освіти програми практики. Вони контролюють забезпечення умов праці та побуту здобувачів вищої освіти, проводять з ними обов'язковий інструктаж щодо охорони праці та техніки безпеки, проведення навчально-тренувальних занять, контролюють виконання здобувачами вищої освіти-практикантами правил внутрішнього розпорядку, ведуть журнал обліку проходження тренерської практики.

Здобувачі вищої освіти-практиканти при проходженні тренерської виробничої практики зобов'язані:

1. До початку практики одержати від керівника консультацію щодо мети, завдань, бази, де проходитиме практика; оформити програму стажування та всі необхідні документи;
2. За необхідністю пройти медогляд та отримати медичну картку з дозволом роботи у фізкультурно-спортивних організаціях (якщо практика очно);
3. Своєчасно прибути на базу практики, доповісти керівнику практикою від бази про прибуття, отримати інструкції про особливості проходження практики в закладі (установі), яка є базою для практики, інформацію про заходи безпеки;
4. Повному обсязі виконати всі завдання, передбачені програмою практики і вказівками їх керівників;
5. Вести записи у робочому щоденнику практики за встановленою формою;
6. Вивчити та суворо дотримуватися правил охорони праці, техніки безпеки, виробничої санітарії та гігієни;
7. Нести повну відповідальність за виконану роботу, життя та здоров'я тих, з ким займаються;

8. Своєчасно складати звіти та заліки з практики.

У разі надання відповідного обґрунтування та з дозволу кафедри і деканату здобувач вищої освіти може самостійно вибирати для себе місце проходження виробничої практики: тренерської при наявності підписаної угоди з керівником бази практики.

Здобувачі вищої освіти-практиканти складають таку документацію:

1. Індивідуальний план роботи на період проходження практики.
2. Звіт про роботу за період практики;
3. Щоденник здобувача вищої освіти-практиканта (за вказівкою викладача - керівника практики);
4. Плани-конспекти навчально-тренувальних занять;
5. Документацію залікового навчально-тренувального заняття (у разі онлайн-проходження практики, то - презентацію залікового заняття);
6. Документи з проведення спортивних заходів виробничої практики: тренерської (положення про змагання, наказ на його проведення, протоколи змагань, наказ з підведенням підсумків змагань, у разі онлайн-навчання - презентацію про проходження змагань).

Викладач-керівник виробничої практики: тренерської від ЗВО зобов'язаний:

1. Вивчити програму практики, відвідати базу та підготувати необхідні умови до практичної роботи здобувачів вищої освіти в режимі онлайн;
2. Забезпечити проведення всіх необхідних організаційних заходів перед початком практики: провести інструктаж про порядок проходження практики та заходи безпеки; надати необхідну документацію: направлення, програму, щоденник, календарний план, індивідуальні завдання, теми курсового чи дипломного проекту, методичні рекомендації інше;
3. Повідомити практикантів про систему звітності з кожного завдання практики.
4. У тісному контакті з керівництвом від бази практики забезпечити її високу якість проходження, згідно з програмою;
5. Проводити контроль умов праці і побуту здобувачів вищої освіти та проведення з ними обов'язкових інструктажів з охорони праці та техніки безпеки;
6. Контролювати виконання здобувачами вищої освіти-практикантами правил внутрішнього розпорядку та відвідування здобувачами вищої освіти бази практики в разі офлайн-навчання;
7. У складі комісії приймати залік з практики;

Викладач-керівник виробничої практики: тренерської від бази зобов'язаний:

1. Ознайомити здобувачів вищої освіти-практикантів зі структурою та змістом діяльності бази практики;
2. Забезпечити умови для виконання програми практики, а саме: роботу здобувачів вищої освіти з поточною документацією;
3. Проводити методичні та навчально-тренувальні заняття;
4. Забезпечити проведення спортивних, фізкультурно-оздоровчих та громадських заходів;
5. Ознайомити практикантів з діяльністю тренерської ради, громадського активу, сприяти встановленню ділових стосунків із контингентом бази практики;
6. Брати участь у проведенні методичних занять бригади здобувачів вищої освіти;
7. Надавати консультації здобувачам вищої освіти з усіх питань практики;
8. Брати участь у підготовці характеристик на здобувачів вищої освіти-практикантів.

Головним завданням представника (керівника) бази практики - тренера, який здійснює керівництво діяльністю здобувачів вищої освіти на базі тренерської практики, є створення найбільш сприятливих умов для ефективного виконання програми практики, забезпечення організаційно-методичної допомоги в роботі здобувачів вищої освіти-практикантів.

Представник бази практики здійснює свою роботу у тісному контакті із викладачем - керівником практики від ЗВО.

IV. ФОРМИ ТА МЕТОДИ КОНТРОЛЮ

Керівник практики при оцінюванні здобувачів вищої освіти враховує рівень професійних умінь і навичок за такими критеріями:

- ефективністю методів й прийомів, які використовував студент для досягнення мети та розв'язання завдань практики.
- характером ускладнень, що виникали у процесі проходження практики та способами їх вирішення.
- відгуками про роботу практиканта.
- самоаналізом якості виконання завдань практики.
- вмінням приймати нестандартні, самостійні рішення.

Контроль виконання здобувачами вищої освіти завдань практики здійснюється відповідальними за практику від академії та бази шляхом збору оперативної, поточної та підсумкової інформації.

Оперативний контроль проводиться у процесі тренерської виробничої практики відповідальними за практику від ЗВО та бази, які контролюють виконання конкретного завдання, дотримання здобувачем вищої освіти плану практики, його трудову та навчальну дисципліну, дотримання правил безпеки. Його результати фіксуються відповідальними у робочих зошитах з наступним доведенням рекомендацій до практиканта. Мета оперативного контролю – оперативне реагування відповідальних на можливі відхилення практиканта від програми та допомога у своєчасному виправленні помилок.

Поточний контроль – проводиться наприкінці виконання певного розділу програми практики, виду роботи: проведення спортивного змагання, етапу наукового дослідження, ін. Мета оперативного контролю – допомогти практикантам оволодіти вірними професійними навичками роботи. Його результати також фіксуються відповідальними за практику у робочих зошитах з доведенням рекомендацій та оцінки до практиканта і наступним наступним врахуванням цієї оцінки під час підсумкового контролю.

Підсумковий контроль проводиться по завершенню тренерської виробничої практики з метою визначення ступеня виконання програми.

Контроль виконання програми та завдань кожного виду практики проводиться у формі диференційованого заліку. Диференційований залік з виробничої тренерської практики проводяться відповідальним за практику від ЗВО у присутності всієї навчальної групи у формі усної доповіді здобувача вищої освіти про виконану під час практики роботу. Керівник практикою від ЗВО враховує відгук керівника від бази та оцінює усний звіт про виконану під час практики роботу. Загальна оцінка за практику визначається на підставі оцінок за усний звіт, якість підготовки необхідних документів, планів-конспектів, проведення навчально-тренувальних занять і відгуку керівника від бази.

До заліку з практики допускаються здобувачі вищої освіти, які виконали наступні вимоги:

- надали щоденник практики;
- надали позитивну характеристику про проходження практики, підписану відповідальним від бази та затверджену юридичною особою від бази практики (підпис затверджено печаткою);
- надали для перевірки конспекти всіх проведених під час проходження практики занять та первинного письмового матеріалу про виконання завдань практики (журнали, протоколи, відомості, копії наказів та розпоряджень, документів обліку, результатів тестувань тощо);
- не отримали серйозних зауважень про порушення трудової та навчальної дисципліни.

Результати складання диференційованого заліку оцінюються за чотирибальною шкалою (“відмінно”, “добре”, “задовільно”, “незадовільно”) та вносяться до журналів, екзаменаційних відомостей, залікових книжок.

Критерії оцінювання виконання програми виробничої практики: тренерської здобувачами вищої освіти практикантами

ОЦІНКА	КРИТЕРІЇ
„5” відмінно	Здобувач виявив всебічні, глибокі теоретичні та методологічні знання побудови навчально-тренувального процесу та вміння вирішувати типові завдання професійної діяльності тренера з фітнесу. Виявив методичні вміння та навички складання та оформлення робочої документації. У повному обсязі виконав програму практики.
„4” добре	Здобувач виявив теоретичні та методологічні знання побудови навчально-тренувального процесу та вміння вирішувати типові завдання професійної діяльності тренера з фітнесу, допускаючи при цьому незначні помилки. Виявив достатні вміння та навички складання та оформлення робочої документації. Виконав програму практики.
„3” задовільно	Здобувач виявив знання основ побудови навчально-тренувального процесу та здатність вирішувати типові завдання професійної діяльності тренера з фітнесу допускаючи при цьому суттєві недоліки. Виконав програму практики.
„2” незадовільно	Виявлено суттєві прогалини в теоретичних та методологічних знаннях здобувача вищої освіти з основ побудови навчально-тренувального процесу, а також відсутність готовності до вирішення типових завдань професійної діяльності тренера з фітнесу та не виконав програму практики.

Здобувачі вищої освіти, які не з’явилися на залік без поважних причин, вважаються такими, що одержали оцінку “незадовільно”.

Здобувачам вищої освіти, які одержали з практики оцінку “незадовільно”, може призначатися повторне проходження практики або повторний залік у термін, визначений деканатом факультету фізичного виховання та мистецтв.

Повторний залік з практики складається відповідальному за практику від ЗВО за участю завідувача кафедрою, яка здійснює керівництво практикою, або у присутності декана факультету.

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
82-89	B	добре	
74-81	C		
64-73	D	задовільно	
60-63	E		
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов’язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов’язковим повторним вивченням дисципліни

Загальна залікова рейтингова оцінка не повинна бути меншою від 50 балів. Здобувачам вищої освіти, які отримали за загальною шкалою оцінювання менш ніж 50 балів або не з’явилися на залік, призначають повторне складання заліку в терміни, визначеними деканатом факультету фізичного виховання та мистецтв.

V. ОФОРМЛЕННЯ ЗВІТНОЇ ДОКУМЕНТАЦІЇ

1. Щоденник практики.

Щоденник практики є звітним документом, має визначенні кафедрою структуру і зміст. У щоденнику студент-практикант у довільній формі занотовує виконану ним роботою. Щоденник ведеться кожним здобувачем вищої освіти особисто.

2. Звіт про практику.

У звіті на титульному аркуші вказується назва ЗВО, факультету, кафедри, вид практики, прізвище, ім’я по батькові здобувача вищої освіти, який проходив практику; посади, наукові ступені і вчені звання керівників

практикою від ЗВО та бази практики.

У розділі 1. “Основні відомості про роботу практиканта ”: зазначаються мета і завдання практики, план і терміни її проходження, методи роботи здобувача вищої освіти практиканта.

У розділі 2. “Результати практики”: кількість опрацьованої наукової літератури, керівних документів, посібників; докладний зміст діяльності здобувача вищої освіти під час проходження практики, зі вказівками на зміст конкретних завдань, проведених заходів, а також на долю участі здобувача вищої освіти в їх проведенні, на повноту виконання індивідуального плану практику.

У розділі 3. “Результати власних досліджень”: подаються результати власних досліджень, висновки та рекомендації щодо підсумків роботи, недоліки й перешкоди, власні враження від практики, а також практичні рекомендації

3. Додатки.

Додатки містять усі первинні письмові матеріали з результатів виконання завдань практики - копії керівних, організаційних та облікових документів, конспекти і плани-конспекти проведених навчально-тренувальних занять, план конспект виховного заходу(конспект бесіди, сценарій або положення про проведення змагань), протоколи, відомості, ін.

4. Відгук керівника від бази.

У відгуку керівник від бази практики дає стислу характеристику та оцінку роботи здобувача вищої освіти з висновками та пропозиціями.

5. Документи з проведення спортивних заходів виробничої тренерської практики (положення про змагання, наказ на його проведення, протоколи змагань, наказ з підведенням підсумків змагань).

VI. МЕТОДИКА ОЦІНЮВАННЯ

Складові рейтингового оцінювання залікового модульного контролю

Показники	Бали
Проведення практичних занять – 5 балів за 1 заняття (5x5=25)	0-25
Конспекти занять – 5 балів за 1 конспект (5x5=25)	0-25
Конспект і проведення залікового навчально-тренувального заняття	0-5
Сценарій і проведення змагання	0-5
Якість оформлення щоденника і звіту про виконання плану виробничої практики:тренерської	0-10
Оцінка за презентацію звіту	0-30
Залікова рейтингова оцінка	0-100

Критерії оцінювання роботи здобувачів вищої освіти в період виробничої практики: тренерської

Оцінювання планів-конспектів навчально-тренувальних занять:

5 балів - студент-практикант, складаючи план-конспект навчально-тренувального заняття:

- 1) записав завдання тренувального заняття, враховуючи вікові особливості спортсменів;
- 2) зазначено розвиток фізичних якостей в тренувальному занятті, його об'єм;
- 3) визначив методи проведення тренувальних занять;
- 5) визначив місце, обладнання та засоби навчання тренувального заняття;
- 6) склав план-конспект тренувального заняття (зазначено частини тренування, методи і тривалість проведення);
- 7) визначив зміст навчально-тренувального заняття (із зазначенням індивідуальних завдань окремим спортсменам).
- 8) зазначено прогноз педагогічної ситуації, яка буде складатися під час проведення тренування, передбачено можливі ускладнення та шляхи їх вирішення;
- 9) зазначено наукову, методичну літературу, яка використана під час написання конспекту, тренувального заняття.

4 бали - студент-практикант складаючи план-конспект навчально-тренувального заняття:

- 1) записав завдання тренувального заняття, враховуючи вікові особливості спортсменів;
- 2) зазначив розвиток фізичних якостей в тренувальному занятті, його об'єм;
- 3) зазначив методи проведення тренувальних занять; визначив місце, обладнання та засоби навчання;
- 4) склав план-конспект навчально-тренувального заняття (зазначено частини тренування, методи і тривалість проведення);
- 5) визначив зміст тренувального заняття (з частковим зазначенням індивідуальних завдань окремим спортсменам);
- 6) частково зазначив прогноз педагогічної ситуації, яка буде складатися під час проведення тренування;
- 7) зазначив наукову та методичну літературу, використану під час написання конспекту.

3 бали - студент-практикант складаючи план-конспект навчально-тренувального заняття:

- 1) записав завдання тренувального заняття, але не врахував специфіку та вікові особливості учнів;
- 2) зазначив розвиток фізичних якостей в тренувальному занятті, його об'єм;

- 3) зазначив частково методи проведення тренувальних занять;
- 4) склав план-конспект тренувальних занять (зазначено частини тренування, методи та тривалість їх проведення);
- 5) визначив зміст тренувального заняття (без зазначення індивідуальних завдань окремим спортсменам);
- 6) не зазначено прогноз педагогічної ситуації, яка буде складатися під час проведення тренувального заняття;
- 7) зазначив наукову, методичну літературу, використану під час написання конспектів.

0-2 балів - студент-практикант, складаючи план-конспект навчально-тренувального заняття:

- 1) записав завдання тренувального заняття, виховного заходу;
- 2) зазначив переважний розвиток тих чи інших фізичних якостей в тренувальному занятті, але не вказав його об'єм;
- 3) частково зазначив методи проведення тренувального заняття;
- 4) частково зазначив обладнання та засоби навчання;
- 5) визначив зміст тренувального заняття (без зазначення індивідуальних завдань для окремих спортсменам, не всі частини тренувального заняття зазначені в конспекті, допущені суттєві помилки у викладі практичного матеріалу);
- 6) зазначено наукову методичну літературу, використану під час підготовки конспекту;
- 7) план-конспект тренувальних занять.

Оцінювання проведення здобувачами вищої освіти-практикантами навчально-тренувального заняття:

5 балів - виставляється студенту, якщо навчально-тренувальне заняття проведене на високому науково-теоретичному та організаційно-методичному рівні, якщо на ньому обґрунтовано висувались і ефективно розв'язувались освітні, оздоровчі та виховні завдання, раціонально застосовувались різноманітні методи навчання і прийоми активізації спортсменів з урахуванням їх вікових та індивідуальних особливостей, підтримувалась добра дисципліна, якщо студент виявив творчу самостійність в доборі навчального матеріалу дидактичного матеріалу, під час побудови, проведення и аналіз тренувального заняття;

4 бали - виставляється студенту, якщо навчально-тренувальне заняття проведене на високому науково-теоретичному та організаційно-методичному рівні, якщо на ньому успішно розв'язувались освітні, оздоровчі та виховні завдання, але недостатньо ефективно використовувались окремі методичні прийоми активізації спортсменів, якщо студент проявив самостійність в доборі навчального і дидактичного матеріалу, але припустився незначних помилок в побудові і проведенні тренувального заняття;

3 бали-виставляється студенту, якщо в реалізації освітніх, оздоровчих та виховних завдань допущено помилки, недостатньо ефективно застосував

методи і прийоми навчання, слабо активізував пізнавальну діяльність спортсменів, не завжди міг налагодити контакт з ними, припустився деяких помилок у викладі навчального матеріалу, під час аналізу тренувального заняття, не зазначав своїх помилок та недоліків;

0-2 балів-виставляється студенту, якщо на навчально-тренувальному занятті не були виконані освітні, оздоровчі та виховні завдання, допускалися суттєві помилки у викладі навчального матеріалу, не забезпечувалась дисципліна, якщо студент некритично віднісся до своєї роботи.

Оцінка за якість оформлення щоденника і звіту про виконання плану тренерської практики:

9-10 балів - щоденник і звіт про виконання плану практики оформленні у відповідності до всіх вимог, їх зміст повністю відображає результати виконання завдань практики;

7-8 балів - щоденник і звіт оформленні у відповідності до всіх вимог, їх зміст достатньо відображає результати виконання основних завдань практики, за винятком незначних зауважень;

5-6 балів - щоденник і звіт оформленні у відповідності до всіх вимог, їх зміст не достатньо відображає результати виконання основних завдань практики;

1-4 балів - щоденник і звіт наближено відображають результати виконання основних завдань практики.

0 балів - щоденник і звіт про результати практики не надані для перевірки.

Оцінка за презентацію звіту:

Оцінка проводиться під час заліку і визначається за якістю доповіді про виконання плану і завдань виробничої-тренерської практики та відповідей на запитання. Оцінка нараховується таким чином:

25-30 балів - доповідь повна, відповіді на запитання вірні;

19-24 бали – доповідь недостатньо повна, відповіді в основному вірні або викладені з незначними помилками;

10-18 балів – доповідь неповна, відповіді в основному вірні, але викладені зі значними помилками;

0-9 балів – доповідь та відповіді не розкривають суті проведеної роботи.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Гаценко В.П. Тренерська практика в закладі вищої освіти/ Гаценко В. П., Слаутіна Н. В.; Черкас. нац. ун-т ім. Б. Хмельницького, Навч.-наук. ін-т фіз. культури, спорту і здоров'я, Каф. теорії і методики фіз. виховання. Черкаси : [Вид. від. ЧНУ ім. Б. Хмельницького], 2010. 44 с.
2. Лянной Ю., Кравченко А. Рухливі ігри як засіб фізичної реабілітації учнів в загальноосвітній школі. *Фізичне виховання у школі*. 1999. № 2. С. 23-25.
3. Основи теорії фізичного виховання. Посібник для здобувачів вищої освіти фак. фіз. виховання пед ін-тів / За ред. М.Є.Догадіна. К.: «Рад. школа», 1967. 289 с.
4. Товт В.А. Наскрізна навчальна програма практик здобувачів вищої освіти факультету фізичного виховання і спорту: методичний посібник / Товт В.А., Мелега К.П., Бондарчук Н.Я., Дуло О.А., Гузак О.Ю., Щерба М.Ю. Ужгород: Видавництво УжНУ «Говерла», 2011. 44с.
5. Тупайло Г. Методичний порадник для занять з тягарями (важкою атлетикою) у таборах активної реабілітації для осіб, котрі пересуваються у кріслі-візку за методикою REKRYTERINGS GRUPPEN (Швеція). Львів: ЛДФК, 1998. 14 с.
6. Перелік документів, що регламентують організацію навчально-виховного процесу і позанавчальної роботи з фізичного виховання у вищих закладах освіти I, II, III та IV рівнів акредитації (на 1 травня 1999 року). К.: Інститут змісту і методів навчання МО України, 1999. 12 с.2.

ДОДАТКИ

Додаток А

ХАРАКТЕРИСТИКА

на практиканта _____

(прізвище, ім'я та по батькові)

здобувача вищої освіти ____ -го курсу факультету фізичного виховання та мистецтв КЗ «ХГПА» ХОР,
який проходив виробничу практику: тренерську на базі

в період з _____ до _____ 202__ року

Загальні дані про здобувача вищої освіти-практиканта, його теоретичну, методичну та практичну підготовку:

- мотивація здобувача вищої освіти-практиканта до практики, його навчальна дисципліна, сумлінність, ініціативність, активність і самостійність в роботі;
- наявність знань, умінь і навичок при складанні навчальної документації, планування всіх форм роботи, звітних документів;
- педагогічні навички в проведенні навчально-тренувальних занять, уміння організувати самостійну роботу;
- вміння оцінювати й врахувати рівень фізичного розвитку і фізичної підготовленості вікові та індивідуальні особливості;
- організаційні здібності, вміння підготувати і провести спортивні заходи, проводити виховну і агітаційно-пропагандистську роботу;
- схильність до наукової, аналітичної діяльності; володіння сучасними методами наукових досліджень, знання інтернет-технологій;
- уміння використовувати у педагогічній роботі сучасні наукові досягнення, знання наукової літератури, спеціалізованих періодичних видань; вміння оцінити сучасний стан розвитку сфери спортивного тренування;
- вміння здобувача вищої освіти-практиканта критично оцінити проведену роботу, врахувати і виправити допущені помилки;

Інші особисті якості та властивості, проявлені в період практики, які характеризують його професійну підготовку і майбутню навчально-тренувальну діяльність.

В завершенні вказати посаду, яку здатен обіймати студент-практикант після завершення навчання і дати диференційовану оцінку за практику.

Підписи:

Керівник спортивної організації

(_____)

Тренер-керівник бази практики

(_____)

План-конспект
навчально-тренувальне заняття № ____

Мета: _____

Тема: _____

Дата проведення «____» _____ 202__р.

Місце проведення: _____

Завдання : 1. _____

2. _____

3. _____

Інвентар та обладнання: _____

Оцінка за конспект: _____

Оцінка за проведення: _____

№	Зміст	Дозування	Організаційно методичні вказівки
	Підготовча частина		
	Основна частина		
	Заключна частина		

Список використаної літератури

- 1.
- 2.
- 3.

**Індивідуальний план
роботи здобувача вищої освіти ___ - го курсу, ШБ
на час виробничої практики: тренерської
з «__»_____ до «__»_____ 201_р.
(назва бази практики)**

План проходження виробничої тренерської практики	Термін виконання	Відмітка про виконання
<p>1. Організаційна робота. 1.1 1.2.....</p> <p>2. Навчально-тренувальна робота. 2.1 2.2.....</p> <p>3. Виховна робота в ДЮСШ. 3.1 3.2.....</p> <p>4. Профорієнтаційна робота. 4.1 4.2.....</p> <p>5. Адміністративно-господарська та фінансова діяльність. 5.1 5.2.....</p> <p>6. Методична робота 6.1 6.2.....</p>		

Документація залікового навчально-тренувального заняття

1. Розгорнутий план-конспект тренувального заняття.
2. Педагогічний аналіз тренувального заняття:
 - 2.1. Проаналізувати конспект тренувального заняття;
 - 2.2. Проаналізувати діяльність практиканта на тренувального занятті;
 - 2.3. Зробити висновки та пропозиції.

Тренер – методист _____ Оцінка _____ Дата _____
Педагогічний аналіз навчально-тренувального заняття № _____
Навчально-тренувальне заняття провів студент-практикант _____
Факультет _____ курс _____ навчальна група _____
Тренувальна група _____
Присутніх _____
Місце проведення: _____

- Завдання: 1.
2.
3.

1. Схема аналізу конспекту тренувального заняття:

Аналіз завдань тренувального заняття:

- а) відповідність робочому плану тренера, умовам проведення;
- б) правильність формулювання завдань;
- в) відповідність оформлення плану-конспекту навчально-тренувального заняття рекомендованій формі.

Аналіз графі "Зміст":

- а) правильність запису вправ (термінологія);
- б) відповідність якості та кількості вправ у підготовчій частині до сформульованих завдань, їх відповідність руховим можливостям спортсменів, чи забезпечують ці вправи загальну функціональну готовність до виконання основної частини навчально-тренувального заняття;

в) в основній частині аналізують зміст та якість вибраних вправ, наявність основних і допоміжних вправ, чи забезпечують вони вирішення завдань тренувального заняття;

г) у заключній частині конспекту аналізують, чи забезпечують застосовані засоби відновлення організму.

У графі "Дозування" має подаватися аналіз доцільності запропонованого навантаження з урахуванням віку, статі, фізичної підготовленості спортсменів. Доцільність певного дозування згідно з методичними рекомендаціями щодо розвитку рухових якостей, а також методичної доцільності розподілу часу на вирішення завдань тренування.

Аналіз графи "Організаційні і методичні вказівки". Якість організаційних і методичних вказівок визначається наявністю та доцільністю запису про методи організації спортсменів та виконання вправ, запланованого інтервалу відпочинку, особливості виконання вправ (темп, швидкість, амплітуда) та ін.

2. Схема аналізу проведення тренування.

Аналіз проведення тренування включає оцінювання практичної реалізації оздоровчих, освітніх та виховних завдань.

Схема аналізу вирішення освітніх завдань:

- а) діяльність здобувача вищої освіти-практиканта стосовно навчання спортсменів виконанню фізичних вправ;
- б) відповідність застосованих на навчально-тренувальному занятті вправ до запланованих у конспекті;
- в) відповідність методів навчання і вправ, які виконуються на навчально-тренувальному занятті, рівню фізичної підготовленості та стану здоров'я спортсменів;
- г) якість демонстрації вправ та пояснень
- г) знання термінології;
- д) використання допоміжних та підготовчих вправ, страхування, надання допомоги, їх педагогічна доцільність.

Схема аналізу вирішення оздоровчих завдань включає:

- а) відповідність дозування віковим та особистим можливостям спортсменів;
- б) наявність диференційованого підходу в процесі тренування з урахуванням рівня фізичного розвитку, фізичної підготовленості та стану здоров'я спортсменів;
- в) тривалість відпочинку під час повторного виконання вправ та їх методична виправданість;
- г) відповідність інвентарю та обладнання, що використовується на тренуванні, віковим особливостям контингенту;
- д) надання індивідуальних завдань спортсменам.

Схема аналізу вирішення виховних завдань на тренуванні:

- а) оцінка діяльності практиканта стосовно виховання в спортсменів почуття колективізму, товариської допомоги, самостійності, критичного ставлення до своїх успіхів і невдач;
- б) своєчасність початку та завершення тренувального заняття;
- в) вимогливість до тих, хто тренується, об'єктивність ухвалення рішення.

Звіт про роботу здобувача вищої освіти-практиканта

ЗВІТ

про роботу здобувача вищої освіти _____
в період виробничої практики: тренерської,
яка проходила (назва бази практики)
з «___»_____ до «___»_____ 202__р.

Представник бази практики (_____)

Викладача керівник від ЗВО (_____)

Студент-практикант (_____)

«___»_____ 202_ р.

Звіт складається у текстовій формі згідно зі структурою індивідуального плану (розділ оформлення звітної документації)

Документи проведення спортивного (виховного) заходу

Положення про змагання складається за такою схемою:

1. Які це змагання (на Кубок, першість);
2. Мета та завдання;
3. Керівництво;
4. Місце і термін проведення;
5. Учасники;
6. Система розіграшу і склади груп;
7. Порядок заліку і визначення переможця;
8. Терміни подання попередніх та остаточних заявок, час і місце проведення жеребкування;
9. Нагородження переможців.

Форма заявки

Заявка на участь у змаганнях на першість (Кубок) міста (області) від команди _____

№	Прізвище, ім'я, по батькові	Рік народження	Віза лікаря

Керівник бази практики (_____)

Тренер бази практики (_____)

Студент практикант (_____)

Лікар команди (_____)

«___» _____ 202__ р.

М.П.

Перелік контрольних питань до заліку з виробничої практики: тренерської

1. Назвати вимоги до фахівця з фізичної культури і спорту, тренера з фітнесу (за вилами).
2. Розкрити діяльність тренера з фітнесу на етапі спеціальної підготовки у тренувальному процесі.
3. Розкрити суть спортивних змагань та змагальної діяльності в фітнесі.
4. Назвати основні документи, необхідні для підготовки і проведення спортивних змагань з фітнесу.
5. Пояснити, з яких розділів складається заявка на участь у змаганнях і порядок її оформлення.
6. Оформити відповідну документацію для відрядження команди (спортсменів) для участі у змаганнях або навчально-тренувальних зборах.
7. Оформити документи звіту про відрядження команди чи окремих спортсменів на змагання або навчально-тренувальні збори.
8. Назвати функціональні обов'язки представника команди на спортивних змаганнях.
9. Скласти перелік інвентарю та обладнання, необхідних для проведення навчально-тренувального процесу.
10. Назвати методи визначення рівня функціональної підготовленості спортсменів групи, закріпленої за здобувачем вищої освіти-практикантом.
11. Назвати контрольні вправи і тести, що застосовуються при відборі учнів для занять з фітнесу.
12. Скласти форму індивідуального щоденника тренувального процесу спортсмена, пояснити порядок його ведення та аналізу даних.
13. Розкрити схему положення про змагання з фітнесу міського чи районного рівня та зміст його розділів.
14. Розкрити методiku планування (побудови) тренувального процесу у макроциклі з фітнесу за видами для спортсменів-розрядників.
15. Розкрити методiku планування (побудови) тренувального процесу в мезоциклі з фітнесу для спортсменів-розрядників.
16. Дати характеристику основної документації обліку роботи тренера.
17. Назвати мету, завдання, засоби, методи і принципи тренувального процесу з фітнесу.
18. Назвати необхідні документи для оформлення спортивних розрядів та звань.
19. Розкрити схему проведення семінару з підготовки суддів з виду спорту.
20. Розкрити сутність і зміст структури підготовки спортсмена (фізична, технічна, тактична, психічна, теоретична).
21. Розкрити теоретичні, методичні та організаційні основи планування, обліку, організації та контролю навчально-тренувального процесу.
22. Пояснити, як і з якою метою робиться педагогічний аналіз навчально-тренувального заняття.
23. Назвати розділи кошторису на проведення навчально-тренувальних

- зборів чи участі у змаганнях.
24. Пояснити, як скласти відомість на видачу талонів на харчування та добових учасникам на навчально-тренувальних зборах чи у відрядженні.
 25. Охарактеризувати порядок придбання, видачі та списання спортивного одягу та інвентарю.
 26. Охарактеризувати структуру плану-конспекту навчально-тренувального заняття.
 27. Розкрити основні напрями роботи головної суддівської колегії спортивного змагання з фітнесу.
 28. Охарактеризувати навчальну програму з фітнесу для ДЮСШ.
 29. Охарактеризувати навчальну програму з фітнесу для ШВСМ.
 30. Дати практичні рекомендації до показників навантаження одного тренувального заняття юних спортсменів.
 31. Дати характеристику перспективного, поточного і оперативного планування тренувального процесу з фітнесу.
 32. Дати характеристику етапного, поточного і оперативного контролю тренувального процесу з фітнесу.
 33. Охарактеризувати етап початкової підготовки у побудові тренувального процесу.
 34. Охарактеризувати етап попередньої базової підготовки в побудові тренувального процесу.
 35. Охарактеризувати етап спеціалізованої базової підготовки в побудові тренувального процесу.
 36. Розкрити функціональні обов'язки тренера на спортивних змаганнях з виду спорту.
 37. Назвати всі документи планування навчально-тренувального процесу в ДЮСШ.