

Хмельницький національний Університет

ЗАТВЕРДЖУЮ

Декан гуманітарно-педагогічного факультету  
Станіславова Л.Л.

„ 3 ” 29 2019 р

**РОБОЧА ПРОГРАМА ПРАКТИКИ**

**Практика за профілем майбутньої професії**

Галузь знань **01 Освіта / Педагогіка**  
 Спеціальність **017 фізична культура і спорт;**  
 Рівень вищої освіти **Перший бакалаврський**  
 Освітньо-професійна програма **Фізична культура і спорт**  
 Обсяг дисципліни **7 кредитів ЄКТС,**  
 Шифр дисципліни **ОП. 16**  
 Мова навчання **Українська**  
 Статус дисципліни: **Обов'язкова (цикл професійної підготовки)**  
 Факультет: **Гуманітарно-педагогічний**  
 Кафедра: **Теорії і методики фізичного виховання і спорту**

Форма навчання	Курс	Семестр	Загальний обсяг дисципліни Кредити ЄКТС	Кількість годин					Курсовий проєкт	Курсова робота	Вид семестрового контролю	
				Аудиторні заняття				Самостійна робота, в т.ч. ІРС			Залік	Іспит
				Разом	Лекції	Лабораторні роботи	Практичні заняття					
Денна	4	8	7/210					210			+	

Робоча програма складена на основі освітньо-професійної програми та стандарту вищої освіти зі спеціальності «Фізична культура і спорт» першого бакалаврського рівня.

Програма складена \_\_\_\_\_ к.н.фіз.вих., доц. Флерчук В.В.

Схвалено на засіданні кафедри Теорії і методики фізичного виховання і спорту Протокол від "30" серпня 2019 р. № 1;

Зав. кафедрою теорії і методики фізичного виховання і спорту \_\_\_\_\_  
Солтик О.О.

Робоча програма розглянута та схвалена вченою радою гуманітарно-педагогічного факультету

Голова вченої ради факультету \_\_\_\_\_ Станіславова Л.Л.

Хмельницький 2019

## 2. Пояснювальна записка

Практика за профілем майбутньої професії - необхідний етап у підготовці майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту. Вона проходить в умовах максимально наближених до справжніх умов майбутньої професійної діяльності і займає провідне місце у підготовці фахівців освітнього рівня «Бакалавр» за спеціальністю 017 «Фізична культура спорт». 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.

**Пререквізити:** «Олімпійський та професійний спорт»; «Професійна майстерність (за професійним спрямуванням)»; «Біомеханіка»; «Психологія фізичного виховання і спорту»; «Долікарська медична допомога у невідкладних станах»; «Сучасні інформаційні та комунікаційні технології у фізичній культурі і спорті»; «Спортивні ігри та методика їх викладання»; «Історія фізичної культури»; «Теорія і методика дитячого та юнацького спорту»; «Практика з зимових видів рухової активності»; «Гімнастика з методикою викладання»; «Практика з літніх видів рухової активності»; «Теорія і методика з обраного виду спорту (за видами спорту)».

**Кореквізити:** «Основи менеджменту, маркетингу та адміністрування (за професійним спрямуванням)»; «Теорія і методика з обраного виду спорту (за видами спорту)»; «Спортивні споруди і обладнання».

Відповідно до Стандарту вищої освіти із зазначеної спеціальності та освітньої програми дисципліна має забезпечити:

**Програмні компетентності:** Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями. Здатність реалізовувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і примножувати досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій. Здатність працювати в команді. Здатність планувати та управляти часом. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово. Здатність спілкуватися іноземною мовою. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій. Навички міжособистісної взаємодії. Здатність бути критичним і самокритичним. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів). Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості. Здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях. Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення. Здатність визначати заходи з фізкультурно-спортивної реабілітації та форми адаптивного спорту для осіб, що їх потребують. Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя. Здатність до

розуміння ретроспективи формування сфери фізичної культури і спорту. Здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини. Здатність проводити біомеханічний аналіз рухових дій людини. Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів. Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми. Здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом. Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар. Здатність застосовувати сучасні технології управління суб'єктами сфери фізичної культури і спорту. Здатність до безперервного професійного розвитку.

**Програмні результати навчання:** Здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем. Спілкуватися українською та іноземною мовами у професійному середовищі, володіти фаховою термінологією та професійним дискурсом, дотримуватися етики ділового спілкування. Уміти обробляти дані з використанням сучасних інформаційних та комунікаційних технологій. Показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення. Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег. Мати базові знання з проведення досліджень проблем фізичної культури і спорту, підготовки та оформлення наукової праці. Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами. Здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань. Демонструвати готовність до зміцнення особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та інших чинників здорового способу життя, проведення роз'яснювальної роботи серед різних груп населення. Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи. Обґрунтовувати вибір заходів з фізкультурно-спортивної реабілітації та адаптивного спорту. Аналізувати процеси становлення та розвитку різних напрямів спорту, олімпійського руху та олімпійської освіти на міжнародному та національному рівнях. Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості. Застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом. Визначати функціональний стан організму людини та обґрунтовувати вибір засобів профілактики перенапруження систем організму осіб, які займаються фізичною культурою і спортом. Надавати долікарську медичну допомогу при невідкладних станах та патологічних процесах в організмі людини. Знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини. Аналізувати психічні процеси, стани та властивості людини під час занять фізичною культурою і

спортом. Аргументувати управлінські рішення для вирішення проблем, які виникають в роботі суб'єктів фізичної культури і спорту; мати навички лідерства. Використовувати нормативні та правові акти, що регламентують професійну діяльність. Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

**Мета дисципліни:** полягає в опануванні студентами сучасних засобів, методів і форм організації роботи тренера-викладача з обраного виду спорту, формуванні на базі отриманих знань, умінь і навичок 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.

**Предмет дисципліни:** Практика за профілем майбутньої професії спрямована на закріплення знань теоретичного курсу з теорії спортивного тренування та на практичне пізнання закономірностей і принципів професійної діяльності. Вона сприяє інтеграції знань, отриманих студентом під час теоретичного навчання.

**Завдання дисципліни:**

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 керівним складом організацій.

**Результати навчання.** В результаті засвоєння дисципліни студенти повинні:

**уміти:** ефективно використовувати основні положення загальної теорії та методики підготовки спортсменів; 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; застосовувати основні положення теорії спорту для розв'язання завдань набору та відбору

спортсменів; організувати та проводити змагання з обраного виду спорту, виконувати функції судді та представника команди, дотримуватись правил техніки безпеки, експлуатації спортивного інвентарю та спортивних споруд.

**володіти:** методикою набору і відбору перспективних дітей у спортивні секції, навиками щодо організації, планування, проведення навчально-тренувального процесу, здійснення контролю за ним, навиками щодо організації та проведення змагань з обраного виду спорту.

**Зміст навчальної дисципліни.** Ознайомлення з об'єктом практики. Організація навчально-тренувального процесу. Організаційна робота студента. Навчально-тренувальна робота. Виховна робота. Проведення змагань. Представництво на змаганнях. Адміністративно-господарська та фінансова діяльність. Методична і науково-дослідна робота. Суспільно-корисна робота.

### 3. Структура і зміст програми

#### 3.1. Програма практики

№	Назва теми	Кількість годин, відведених на: СРС
1	Тема 1. <b>Ознайомлення з об'єктом практики.</b> Ознайомлення з діяльністю спортивної організації - об'єкта практики. Ознайомлення з організацією тренувального процесу, виховної роботи, структурою і змістом підготовки спортсменів. Вивчення законодавчої та нормативної документації уряду та Державного комітету України з фізичної культури і спорту, що визначають напрямки спортивної роботи. Література [1-10].	10
2	Тема 2. <b>Організація навчально-тренувального процесу.</b> Визначення контингенту спортсменів і навчальних груп для проведення практики. Ознайомленням з розкладом проведення занять. Підготовка місць для проведення занять, спортивного інвентарю, приладів. Визначення і розробка організаційних форм проведення занять та взаємодії з тренерами. Література [1-10].	30
3	Тема 3. <b>Організаційна робота студента.</b> Участь у конференціях закладу освіти з практики(організаційна, підсумкова). Розробка індивідуального плану студента- практиканта з тренерської практики. Участь у методичних заняттях бригади. Складання звітної документації за підсумками практики. Література [1-10].	20
4	Тема 4. <b>Навчально-тренувальна робота.</b> Визначення мети, завдань навчання, тренувального процесу і виховної роботи зі спортсменами. Складання планів тренувального процесу на мезоцикл, конспектів тренувальних занять. Проведення тренувальних занять. Облік виконаного тренувального обсягу та ефективності навчально-тренувального процесу. Література [1-10].	30
5	Тема 5. <b>Виховна робота.</b> Визначення мети, завдань, форм і методів виховної роботи відповідно до контингенту групи спортсменів. Проведення бесід, диспутів, обговорення спортивних статей і книг, зустрічей з видатними спортсменами, ветеранами спорту, організація культурного дозвілля. Література [1-10].	20

6	Тема 6. <b>Проведення змагань. Представництво на змаганнях.</b> Складання регламентуючої документації для підготовки і проведення спортивних змагань, підготовки суддівських кадрів, присвоєння спортивних розрядів. Участь в організації і проведенні спортивних змагань. Участь у роботі суддівської колегії в якості представника команди. Подача заявок, перезаявок, подача протесту. Підготовка звіту про проведення змагань чи участі у змаганнях. Література [1-10].	40
7	Тема 7. <b>Адміністративно-господарська та фінансова діяльність.</b> Вивчення фінансових документів спортивної організації - об'єкта практики. Оформлення документації на проведення навчально-тренувальних зборів, спортивних змагань, відряджень, інших спортивно-масових заходів. Складання фінансових звітів про проведення спортивних заходів та відряджень. Література [1-10].	20
8	Тема 8. <b>Методична і науково-дослідна робота.</b> Вивчення методичних документів практики. Вивчення методичних документів з питань організації, проведення та управління навчально-тренувальним процесом і тренерською діяльністю. Узагальнення та аналіз даних тестування в процесі тренувальних занять, участі у змаганнях спортсменів навчальних груп. Література [1-10].	20
9	Тема 9. <b>Суспільно-корисна робота.</b> Участь у роботі тренерської ради, педагогічної ради, федерації з виду спорту. Ознайомлення з документацією об'єкта практики з підготовки громадських інструкторів та суддів з видів спорту. Література [1-10].	20
	Разом:	210

#### **4. Технології та методи навчання**

Процес навчання з дисципліни ґрунтується на використанні традиційних та сучасних технологій, зокрема: самостійна робота (робота з літературними джерелами, використання систем MOODLE); словесні (розповідь, бесіда, пояснення); практичні; наочні (ілюстрування навчального матеріалу, показ слайдів); рольова та ділова гра, кейс-метод, мозковий штурм, диспут, ігрові технології, інформаційно-комунікаційні технології, мультимедійні технології.

Самостійна робота студентів складається: закріплення пройденого матеріалу, з опрацювання рекомендованої літератури, виконання додаткових практично-професійних завдань за профілем майбутньої професії.

#### **5. Форми контролю.**

Усне опитування студентів перед допуском до виконання практичної роботи; знання теоретичного матеріалу з теми; якість оформлення звіту і щоденника практики; своєчасний захист

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

## Критерії оцінювання виконання програми тренерської виробничої практики студентами практикантами

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

Студенти, які не з'явилися на залік без поважних причин, вважаються такими, що одержали оцінку “незадовільно”.

Студентам, які одержали з практики оцінку “незадовільно”, може призначатися повторно проходження практики або повторний залік у термін, визначений деканатом факультету фізичного виховання та спорту.

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

Проведення занять				План конспекти занять		Якість оформлення звіту	Захист практичної роботи	Семестровий контроль
ПЗ1	ПЗ2	ПЗ2	ПЗ2	ПКЗ1	ПКЗ2	ЯОЗ	ЗПР	залік
0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,3	

## 6. Рекомендована література

### Основна

1. Арефьев В.Г. Самостійна робота студентів під час педагогічної практики [текст] методичний посібник для студентів факультетів фізичного виховання 4-те вид. перероб. і доп. / В.Г. Арефьев, Н.Д. Михайлова. – Київ: Центр учбової літератури, 2015. – 120 с.
2. Гаценко В.П. Тренерська практика в вищому навчальному закладі / 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.
3. Демінський О. Ц., Оптимізація навчально-тренувального процесу: Навч.-метод. посіб. – Херсон: Айлант, 2002. – 296с.
4. Товт В.А. Наскрізна навчальна програма практик студентів 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.

#### Допоміжна

5. Келлер В.С. Теоретико-методические основы подготовки спортсменов / В.С. Келлер, В.Н. Платонов. – Львов: Украинская спортивная ассоциация, 1993. – 70 с.
6. Куценко Г. І., Книга про здоровий спосіб життя / Г. І. Куценко, Ю.В. Новіков, – К., 2006. – 143с.
7. Методические рекомендации по тренерской практике для студентов, специализирующихся по плаванию. – К.: КГИФК, 1993. – 26 с.
8. Платонов В.Н., Фізична підготовка спортсмена / В.Н. Платонов М.М. Булатова. - К.: Олімпійська література, 1995. – 320с.
9. Платонов В.Н. Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті. Общая теория и ее практические приложения / В.Н. Платонов. – К.: Олімпійська література, 2004. – 808 с.
10. Свасьєв А. В. Функціональна діагностика у фізичному вихованні і спорті: Навч. посіб. для студ. фак. фізичн. вихован. вищ. навч. закл. / А.В.Свасьєв, М.В.Маліков. – Запоріжжя: ЗДУ, 2004. – 195с.