

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Смышнов Константин Михайлович

Должность: Декан факультета физической культуры и спорта

Дата подписания: 18.06.2026 12:46:33

Уникальный программный ключ:

929927c8ae4e55eb4d3ec0e00ff6bb638ca3a4df

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической
культуры и спорта, кандидат
педагогических наук, доцент
Смышнов К.М.

**ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ
ТРЕНЕРСКАЯ ПРАКТИКА**

Направление подготовки	<u>49.03.01 Физическая культура</u>	
Направленность (профиль)	<u>Спортивная тренировка</u>	
Год начала обучения	<u>2026</u>	
Форма обучения	очная	заочная
Реализуется в семестре	<u>6</u>	<u>6</u>

Разработано

Кандидат педагогических наук, доцент
кафедры теории и методики спорта
Денисов М.В.

Ставрополь 2026 г.

1. Цели практики. Целями учебной практики: тренерская практика по направлению 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) «Спортивная тренировка» являются формирование у студентов представлений о тренерской деятельности, закрепление и углубление теоретической подготовки, приобретение практических двигательных навыков в ходе формирования общепрофессиональных компетенций в процессе выполнения определенных видов работ, связанных с будущей тренерской деятельностью.

2. Задачи практики.

Задачами практики являются:

- обучение правилам техники безопасности, профилактике травматизма и оказанию первой доврачебной помощи в занятиях видами спорта;
- ознакомление с приемами осуществления спортивного отбора и спортивной ориентации в процессе занятий видами спорта;
- обучение проведению тренировочных занятий различной направленности и организации участия спортсменов в соревнованиях по избранному виду спорта;
- формирование умений осуществления контроля с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся видами спорта;
- формирование способностей осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики;
- обучение организации и судейству соревнований по избранному виду спорта;
- ознакомление со средствами проведения работы по предотвращению применения допинга в избранном виде спорта;
- формирование способностей осуществления методического обеспечения и контроля тренировочного и образовательного процесса.

3. Место практики в структуре образовательной программы.

Практика относится к блоку 2 «Практика», «Учебная практика», Б2.О.03(У) - тренерская практика. Проводится в 6 семестре на очном отделении и на заочном отделении в 6 семестре. Практика базируется на следующих дисциплинах: Здоровый образ жизни. Гандбол. Баскетбол. Ознакомительная практика.

Место учебной практики в структуре образовательной программы и время проведения данного вида практики обусловлены логикой построения ОП ВО. Логическая и содержательно-методическая взаимосвязь учебной практики обусловлена видами профессиональной деятельности и особенностями выполнения трудовых функций в период практики.

Для освоения программы практики, обучающиеся должны владеть следующими знаниями и компетенциями: ОПК-2, ОПК-4, ОПК-7, ОПК-8, ОПК-12, ОПК-13, ОПК-14, ОПК-15.

Результаты прохождения практики должны быть использованы в дальнейшем при освоении производственной практики: тренерской практики.

4. Место и время проведения практики. Учебная практика тренерская практика проводится со студентами в 6 семестре на очном отделении и заочном отделении в 6 семестре в соответствии с календарным графиком учебного процесса две недели в семестре.

Общее руководство практики осуществляет заведующий выпускающей кафедры. При необходимости для консультаций привлекаются высококвалифицированные специалисты, систематически занимающиеся профессиональной деятельностью, соответствующей направлению подготовки конкретного студента и являющимися специалистами в данной отрасли.

Учебная практика проводится в профильных организациях отрасли физической культуры и спорта Ставропольского края и других субъектах РФ.

При наличии обучающихся по данной образовательной программе, с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов выбор мест прохождения практики осуществляется с учетом состояния здоровья и требований их доступности для данной категории.

5. Перечень планируемых результатов по практике, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код, формулировка компетенции	Код, формулировка индикатора	Планируемые результаты, характеризующие этапы формирования компетенций, индикаторов
ОПК-2 Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий	ИД-1опк-2 Демонстрирует знания о критериях и подходах в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности, особенностях начальной спортивной ориентации и отбора на различных этапах спортивной подготовки.	Демонстрирует знания способов диагностики индивидуальной спортивной предрасположенности, особенностях начальной спортивной ориентации и отбора на различных этапах спортивной подготовки
	ИД-2опк-2 Способен определять и применять методики и средства оценки спортивных способностей на различных этапах отбора	Способен определять содержание и применять методики и средства оценки спортивных способностей на различных этапах отбора.
	ИД-3опк-2 Интерпретирует полученные в процессе занятий результаты спортивного отбора в соответствии со спецификой вида спорта.	Разрабатывает планы-конспекты тренировочных занятий с учетом полученных результатов спортивного отбора в соответствии со спецификой вида спорта.
ОПК-4 Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта	ИД-1опк-4 Демонстрирует знания о средствах и методах различных видов спортивной подготовки к соревнованиям в избранном виде спорта.	Демонстрирует знания о средствах и методах различных видов спортивной подготовки к соревнованиям в избранном виде спорта.
	ИД-2опк-4 Использует методы, средства и методические приемы при проведении занятий по избранному виду спорта в зависимости от поставленных задач	Использует методы, средства и методические приемы при проведении занятий по избранному виду спорта в зависимости от поставленных задач
	ИД-3опк-4 Организует участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта.	Способен организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта.
ОПК-7 Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать	ИД-1опк-7 Демонстрирует знания техники безопасности, санитарно-гигиенических требований, средств и методов профилактики травматизма в процессе физкультурно-спортивной деятельности	Демонстрирует знания техники безопасности, санитарно-гигиенических требований, средств и методов профилактики травматизма в процессе физкультурно-спортивной деятельности

первую доврачебную помощь	ИД-2опк-7 Обеспечивает подготовку мест занятий и безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по избранному и базовым видам спорта.	Обеспечивает подготовку мест занятий и безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по избранному и базовым видам спорта.
	ИД-3опк-7 Проводит инструктаж по технике безопасности на учебно-тренировочных занятиях и оказывает первую доврачебную помощь при неотложных состояниях и травматических повреждениях.	Проводит инструктаж по технике безопасности на учебно-тренировочных занятиях и оказывает первую доврачебную помощь при неотложных состояниях и травматических повреждениях.
ОПК-8 Способен проводить работу по предотвращению применения допинга	ИД-1опк-8 Демонстрирует знания основ нормативно-правового и методического сопровождения антидопинговых мероприятий	Демонстрирует знания основ нормативно-правового и методического сопровождения антидопинговых мероприятий
	ИД-2опк-8 Организует профилактическую работу в области противодействия применению допинга в спорте.	Организует профилактическую работу в области противодействия применению допинга в спорте.
ОПК-12 Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики	ИД-1опк-12 Демонстрирует знание нормативно-правовой базы физической культуры и спорта	Демонстрирует знание нормативно-правовой базы физической культуры и спорта
	ИД-2опк-12 Осуществляет профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта	Осуществляет профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта
	ИД-3опк-12 Организует профессиональную деятельность в соответствии с нормами профессиональной этики	Организует профессиональную деятельность в соответствии с нормами профессиональной этики
ОПК-13 Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта	ИД-1опк-13 Демонстрирует знание правил соревнований по избранному виду спорта	Демонстрирует знание правил соревнований по избранному виду спорта
	ИД-2опк-13 Организует и проводит соревнования по избранному виду спорта	Организует и проводит соревнования по избранному виду спорта
	ИД-3опк-13 Демонстрирует умение судейства соревнований по избранному виду спорта	Демонстрирует умение судейства соревнований по избранному виду спорта
ОПК-14 Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль	ИД-1опк-14 Демонстрирует знание содержания методического обеспечения и контроля тренировочного и образовательного процессов.	Демонстрирует знание содержания методического обеспечения и контроля тренировочного и образовательного процессов.

тренировочного образовательного процесса	и	ИД-2ОПК-14 Осуществляет методическое обеспечение тренировочного и образовательного процессов	Осуществляет методическое обеспечение тренировочного и образовательного процессов
		ИД-3ОПК-14 Осуществляет контроль тренировочного и образовательного процессов	Осуществляет контроль тренировочного и образовательного процессов
ОПК-15. Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий		ИД-1ОПК-15 Анализирует материально-техническую и финансовую составляющие обеспечения физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований.	Способен анализировать материально-техническую и финансовую составляющие обеспечения физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований.
		ИД-2ОПК-15 Составляет основные документы, необходимые для материально-технического оснащения занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований.	Составляет основные документы, необходимые для материально-технического оснащения занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований.

6. Структура и содержание практики

Общая трудоемкость учебной тренерской практики составляет 3 зачетных единицы, 108 час.

Разделы (этапы) практики	Реализуемые компетенции/ индикаторы	Виды работ обучающегося на практике, включая самостоятельную работу студентов	Трудоемкость (час.)	Формы текущего контроля
Подготовительный	ОПК-2 ОПК-4 ОПК-7 ОПК-8 ОПК-12 ОПК-13 ОПК-14 ОПК-15	Организационно-ознакомительная работа: Участие в организационных мероприятиях, связанные с проведением практики – Установочная конференция. 1. Задачи, содержание и организация практики; 2. Основные направления работы, традиции, распорядок. 3. Инструктаж по технике безопасности. 4. Составление индивидуального плана прохождения практики.	8	Собеседование, отчетная документация
Основной	ОПК-2 ОПК-4 ОПК-7 ОПК-8 ОПК-12 ОПК-13 ОПК-14 ОПК-15	Учебно-методическая тренировочная и педагогическая работа: 1. Использовать в своей работе нормативные правовые акты сферы физической культуры и спорта, нормы профессиональной этики в рамках учебно-тренировочного процесса и соревнований, техники безопасности при занятиях избранным видом спорта; 2. Анализировать тренировочные занятия, проводимые тренерами по избранным видам спорта и вносить необходимые коррективы; 3. Составлять планы-конспекты частей тренировочных занятий различного типа, с использованием групповых и индивидуальных форм организации деятельности обучающихся.	80	Собеседование, отчетная документация

		4. Проводить подготовительные части тренировочных занятий различного типа, используя дифференцированный подход в обучении и воспитании. 5. Организовывать и проводить соревнования по избранному виду спорта. 6. Изучение, выделение и представление профилактических мероприятий по предотвращению применения допинга в избранном виде спорта. 7. Своевременно и качественно вести отчетную документацию.		
Заключительный	ОПК-2 ОПК-4 ОПК-7 ОПК-8 ОПК-12 ОПК-13 ОПК-14 ОПК-15	Отчетно-документационная работа по итогам практики предполагает подготовку документации и защиту отчета. К зачетной письменной документации относится: 1. Индивидуальный план работы студента-практиканта; 2. Документы регламентирующие деятельность учреждения; 3. Конспекты тренировочных занятия по избранному зимнему виду спорта; 4. Анализ занятия тренеров базы практики. 5. Анализ плотности тренировочного занятия. 6. Разработка проекта положения о соревнованиях по избранному виду спорта. Подготовка отчета по итогам прохождения практики, участие в отчетной конференции, посвященной обсуждению итогов выполнения обучающимися программы практики	20	Собеседование, отчетная документация

7. Методические рекомендации для студентов по прохождению практики

7.1 Использование материала учебно-методического комплекса практики

На первом этапе необходимо ознакомиться со структурой практики, обязательными видами работ и формами отчетности, которые отражены в Методических указаниях по практике.

Для успешного выполнения заданий по учебной: тренерской практике, обучающемуся необходимо самостоятельно детально изучить представленные источники литературы.

№ п/п	Вид самостоятельной работы	Рекомендуемые источники информации (№ источника)				Программное обеспечение
		Основная	Дополнительная	Методическая	Интернет-ресурсы	
1.	Изучение литературы по организационным и методическим разделам практики	1	1,2,3	1	1-7	1,2
2.	Составление план-конспектов занятий	1	1,2,3	1	1-7	1,2
3.	Анализ посещаемого занятия	1	1,2,3	1	1-7	1,2

7.2 Фонд оценочных средств по практике по учебной практике (тренинговой практике)

Фонд оценочных средств (ФОС) по учебной практике (тренинговой практике) базируется на перечне осваиваемых компетенций с указанием этапов их формирования в процессе прохождения практики. ФОС обеспечивает объективный контроль достижения запланированных результатов обучения. ФОС включает в себя

- описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания;
- методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций;
- типовые контрольные задания и иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и уровня овладения формируемыми компетенциями в процессе прохождения практики.

ФОС является приложением к данной программе практики.

Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы. Паспорт фонда оценочных средств

Код оцениваемой компетенции	Этап формирования компетенции (№ темы)	Средства и технологии оценки	Тип контроля (текущий/промежуточный)	Вид контроля (устный/письменный)	Наименование оценочного средства
ОПК-2 ОПК-4 ОПК-7 ОПК-8 ОПК-12 ОПК-13 ОПК-14 ОПК-15	Подготовительный	Собеседование, Дневник, отчет	Текущий	устный	Индивидуальное задание
ОПК-2 ОПК-4 ОПК-7 ОПК-8 ОПК-12 ОПК-13 ОПК-14 ОПК-15	Основной	Собеседование, Дневник, отчет	Текущий	устный	Индивидуальное задание
ОПК-2 ОПК-4 ОПК-7 ОПК-8 ОПК-12 ОПК-13 ОПК-14 ОПК-15	Заключительный	Собеседование, Дневник, отчет	Промежуточный (зачет с оценкой)	Устный, письменный	Собеседование о результатах практики и анализ возникших проблем, Отчет

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение практики

8.1. Рекомендуемая литература.

8.1.1. Основная литература:

1. Карась, Т. Ю. Теория и методика физической культуры и спорта Электронный ресурс : Учебно-практическое пособие / Т. Ю. Карась. - Саратов : Ай Пи Ар Медиа, 2019. - 131 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - ISBN 978-5-4497-0149-7, экземпляров не ограничено.

8.1.2. Дополнительная литература

1. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Лыжный спорт : учебник для вузов / [Г. А. Сергеев, Е. В. Мурашко, Г. В. Сергеева и др.] ; под ред. Г. А. Сергеева. - 3-е изд., стер. - Москва : Академия, 2013. - 168, [1] с. : ил. ; 22 см. - (Высшее профессиональное образование. Бакалавриат. Физическая культура и спорт). - Гриф: Рек. УМО. - Библиогр.: с. 167. - ISBN 978-5-4468-0297-5, экземпляров неограничено

2. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта лыжные гонки Электронный ресурс : стандарт. - Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта лыжные гонки, 2019-12-01. - Москва : Советский спорт, 2014. - 28 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks., экземпляров неограничено

3. Базовые виды двигательной деятельности и методики обучения. Лыжный спорт Электронный ресурс : Учебно-методическое пособие / С. А. Луценко [и др.] ; ред. С. А. Луценко. - Санкт-Петербург : Институт специальной педагогики и психологии, 2013. - 88 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - ISBN 978-5-8179-0156-7, экземпляров неограничено

8.1.3. Методическая литература:

1. Методические указания по организации и проведению учебной практики: тренерская практика / автор-составитель Поддубный Е.Н.

8.1.4. Интернет-ресурсы:

1. <http://www.iprbookshop.ru> Электронно-библиотечная система IPRbooks
2. <http://www.biblioclub.ru> университетская библиотека online
3. <http://elibrary.ru/defaultx.asp> Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU
4. <http://www.rsl.ru/ru/s97/s339> Российская Государственная библиотека
5. <http://www.consultant.ru/КонсультантПлюс>
6. <http://www.teoriya.ru/ru/taxonomy/term/3> Теория и практика физической культуры:
7. <http://www.fismag.ru> Физкультура и спорт
8. <https://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/statisticheskaya-inf/> База статистических данных по развитию физической культуры и спорта в РФ
9. Олимпийский комитет России // <https://ok.ru/olympicrussia>

8.2 Программное обеспечение:

Перечень программного обеспечения:

1	Альт Рабочая станция 10
2	Альт Рабочая станция К
3	Альт «Сервер»
4	Пакет офисных программ - Р7-Офис

Информационные технологии:

- сбор, хранение, систематизация и выдача учебной и научной информации;
- обработка текстовой, графической и эмпирической информации;
- подготовка, конструирование и презентация итогов исследовательской и аналитической деятельности;
- самостоятельный поиск дополнительного учебного и научного материала, с использованием поисковых систем и сайтов сети Интернет, электронных энциклопедий и баз данных;
- использование электронного кампуса, социальных сетей, электронной почты преподавателей и обучающихся для рассылки, переписки и обсуждения возникших учебных проблем, а также системы управления обучением.

Информационные справочные системы:

<http://www.iprbookshop.ru> Электронно-библиотечная система IPRbooks
<http://www.biblioclub.ru> университетская библиотека online
<http://elibrary.ru/defaultx.asp> Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU
<http://www.rsl.ru/ru/s97/s339> Российская Государственная библиотека
<http://www.consultant.ru/>КонсультантПлюс

9. Материально-техническое обеспечение практики

Учебная аудитория для групповых и индивидуальных консультаций, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории: проектор, ноутбук.

Учебная аудитория для текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории: проектор, ноутбук.

Помещения для самостоятельной работы, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации.

10. Особенности освоения практики лицами с ограниченными возможностями здоровья:

Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляются специальные учебники, учебные пособия и дидактические материалы, специальные технические средства обучения коллективного и индивидуального пользования, услуги ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, а также услуги сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков.

Освоение практики обучающимися с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано совместно с другими обучающимися, а так же в отдельных группах.

Освоение практики обучающимися с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

В целях доступности получения высшего образования по образовательной программе лицами с ограниченными возможностями здоровья при освоении практики обеспечивается:

1) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- присутствие ассистента, оказывающий студенту необходимую техническую помощь с учетом индивидуальных особенностей (помогает занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, в том числе, записывая под диктовку),

- письменные задания, а также инструкции о порядке их выполнения оформляются увеличенным шрифтом,

- специальные учебники, учебные пособия и дидактические материалы (имеющие крупный шрифт или аудиофайлы),

- индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс,

- при необходимости студенту для выполнения задания предоставляется увеличивающее устройство;

2) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- присутствие ассистента, оказывающий студенту необходимую техническую помощь с учетом индивидуальных особенностей (помогает занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, в том числе, записывая под диктовку),

- обеспечивается наличие звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования, при необходимости обучающемуся предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;

- обеспечивается надлежащими звуковыми средствами воспроизведения информации;

3) для лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата (в том числе с тяжелыми нарушениями двигательных функций верхних конечностей или отсутствием верхних конечностей):

- письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением или надиктовываются ассистенту;
- по желанию студента задания могут выполняться в устной форме.