

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ЧЕРКАСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ БОГДАНА ХМЕЛЬНИЦЬКОГО

НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ  
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ, СПОРТУ І ЗДОРОВ'Я  
КАФЕДРА ТЕОРІЇ І МЕТОДИКИ ФІЗХИЧНОГО ВИХОВАННЯ

*Гаценко В. П., Слаутіна Н. В.*

**ТРЕНЕРСЬКА ПРАКТИКА  
В ВИЩОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ**

Черкаси 2010

## ЗМІСТ

<b>ПЕРЕДМОВА .....</b>	<b>3</b>
<b>1. Програма тренерської практики .....</b>	<b>4</b>
<b>1.1. Мета тренерської практики .....</b>	<b>4</b>
<b>1.2. Завдання практики .....</b>	<b>5</b>
<b>1.3. Організація практики .....</b>	<b>5</b>
<b>1.3.1. Функціональні обов'язки і права студентів-практикантів .....</b>	<b>5</b>
<b>1.3.2. Функціональні обов'язки і права викладачів-керівників практики від кафедр.....</b>	<b>6</b>
<b>1.3.3. Функціональні обов'язки і права представника бази практики (тренер-методист).....</b>	<b>7</b>
<b>2. Зміст роботи студента-практиканта .....</b>	<b>7</b>
<b>3. Оцінка тренерської практики .....</b>	<b>9</b>
<b>4. Контрольні питання, які виносяться на захист тренерської практики .....</b>	<b>12</b>
<b>5. Перелік документів студента до захисту результатів тренерської практики .....</b>	<b>14</b>
<b>ЛІТЕРАТУРА .....</b>	<b>36</b>

## ПЕРЕДМОВА

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

Фахівець із фізичного виховання і спорту має бути здатним засвоювати і реалізовувати досягнення світової цивілізації у своїй професійній діяльності, оволодіти сучасною методологією обґрунтування рішень і вибору стратегії діяльності з урахуванням загальнолюдських цінностей, особис-тисних, суспільних, державних та виробничих інтересів, а також уміти "вписатись" 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. Професійні знання формуються на базі глибоких знань теоретичних, психолого-педагогічних, медико-біологічних, спеціальних фахових дисциплін із розумінням особливостей розвитку та сучасного стану фізичної культури і спорту в Україні і передбачають постійне накопичення цих знань у процесі практичної діяльності. Фахівець із фізичного виховання і спорту повинен уміло користуватися усім арсеналом різноманітних методів та методик сучасної педагогіки і психології під час вирішення практичних завдань. Рівень вирішення професійних завдань обумовлюється потребами науковій та освітній практиці, а також його професійною мобільністю та можливістю отримати вищі кваліфікаційні рівні та наукові ступені. Він повинен мати відповідний рівень загальноосвітньої, етичної, педагогічної культури, чітко сформовані принципові основи світогляду; володіти педагогічним мисленням, а також знаннями з філософії, економічних теорій, історії світової і української культури, логіки та інформатики. Повинен філософськи оцінювати історичні та сучасні процеси в природі та суспільстві, зважаючи на особливості культурного розвитку свого народу, його національні традиції. Фахівець як творча особистість, професіонал своєї справи має глибоко обґрунтовувати свої рішення, аргументовано відстоювати власну точку зору з урахуванням етичних вимог, володіти навичками організаторської та виховної роботи, бути ерудованим у галузі вітчизняної культури, бути пропагандистом своєї професії, володіти тонкою спостережливістю і здатністю до образного та абстрактного мислення.

Однією з форм організації навчального процесу у ВНЗ, що максимально сприяє розвитку студента як особистості та майбутнього фахівця, є практична підготовка до професійної діяльності, оскільки спільно з теоретичною створюється підґрунтя для дійсно професійної освіти. Вивчення професійно-орієнтованих дисциплін завершується виробничними практиками (ознайомча, педагогічна, тренерська), що надає студентам можливість отримати різнобічну підготовку з усіх напрямів майбутньої фахової діяльності.

## 1. ПРОГРАМА ТРЕНЕРСЬКОЇ ПРАКТИКИ

Практика за профілем професійної підготовки здійснюється залежно від спеціальності та фахової спеціалізації, що опановує студент. У Національному університеті фізичного виховання і спорту України підготовка спеціалістів з олімпійського і професійного спорту охоплює підготовку тренерів з видів спорту — спеціальність 7.010203 (спеціалізації легка атлетика, спортивні ігри тощо)

Відповідно до Положення про проведення практики студентів вищих навчальних закладів України, затвердженого наказом Міністерства освіти України від 8 квітня 1993 р. № 93, тренерська практика є невід'ємною складовою завершального етапу підготовки студентів у вищих закладах освіти з фізичного виховання і спорту до майбутньої практичної діяльності.

### 1.1. Мета тренерської практики

Головна мета і зміст практики полягають в опануванні студентами сучасних методів і форм організації роботи тренера з виду спорту, 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:

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

Після проходження тренерської практики студенти повинні:

#### **Знати:**

- основні положення сучасної теорії та методики підготовки спортсменів;
- мету, завдання, принципи, засоби, методи навчання та тренування з обраного виду спорту;
- суть та зміст структури підготовки до змагань з урахуванням закономірностей періодизації спортивного тренування;
- методику набору і відбору перспективних дітей у спортивні секції;
- організацію та проведення змагань з обраного виду спорту;
- матеріально-технічне забезпечення тренувального процесу та змагань.

#### **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;
- організовувати та проводити змагання з обраного виду спорту, виконувати функції судді та представника команди, дотримуватись правил техніки безпеки, страхування, експлуатації спортивного інвентарю та спортивних споруд.

## 1.2. Завдання практики

Сприяти формуванню основних професійно-педагогічних навичок та умінь, необхідних для майбутньої роботи тренера з виду спорту шляхом:

1) 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;

2) отримання повної уяви про зміст та характер вчительської роботи у старших класах і тренерської діяльності на різних етапах підготовки спортсменів;

3) формування навичок організації, планування, проведення уроків фізичної культури та навчально-тренувального процесу, здійснення контролю за ним та організації змагальної діяльності спортсменів;

4) знайомство 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.

## 1.3. Організація практики

Відповідальність за загальну організацію практики та контроль за її проведенням покладається на керівника тренерської практики університету, що підпорядкований проректору з навчальної роботи. Викладач-керівник практики приймає і оцінює звіти студентів про проходження практики. На підставі цього він виставляє оцінки.

Керівник тренерської практики університету контролює готовність бази практики до початку її проведення, забезпечує проведення необхідних організаційних заходів: інструктаж викладачів про порядок проведення практики, надання студентам-практикантам необхідної документації тощо.

Навчально-методичне супроводження тренерської практики забезпечують предметні (циклові) комісії фахових кафедр факультету фізичної культури.

До методичного керівництва тренерською практикою студентів залучаються досвідчені викладачі кафедр та провідні фахівці з баз практики — вчителі, тренери-методисти.

Викладач кафедри - керівник практики спільно з тренером від бази практики забезпечують високу якість виконання кожним студентом програми практики. Вони контролюють забезпечення нормальних умов праці та побуту студентів, проводять з ними обов'язковий інструктаж щодо охорони праці та техніки безпеки, проведення навчально-тренувальних занять, контролюють виконання студентами-практикантами правил внутрішнього розпорядку, ведуть журнал обліку проходження тренерської практики.

### 1.3.1. Функціональні обов'язки і права студента-практиканта

Студент-практикант зобов'язаний:

- своєчасно прибути на базу практики;
- у повному обсязі виконати вимоги програми практики та завдання викладачів згідно з графіком проходження практики;
- обов'язково дотримуватися правил охорони праці, техніки безпеки, гігієни та санітарії при проведенні тренувального процесу;
- відповідально ставитись до своєї роботи;
- своєчасно підготувати та представити документацію з практики до захисту.

Студент-практикант має право:

- отримувати від організаторів практики консультації щодо оформлення встановленого програмою переліку документації;
- самостійно планувати свою діяльність за погодженням з викладачами-керівниками практики, враховуючи умови бази практики;
- виявляти ініціативу та творчість щодо організації і проведення спортивних і громадських заходів;
- самостійно обирати тематику бесід і лекцій, що мають бути проведені з групами спортсменів, закріплених за практикантом (за попереднім погодженням з викладачами - керівниками практики).

### **1.3.2. Функціональні обов'язки і права викладачів - керівників практики від кафедри**

Головним завданням викладача - керівника практики є організаційне та навчально-методичне забезпечення діяльності студентів-практикантів під час проходження практики. Викладач - керівник практики від фахової кафедри призначається наказом по університету і розв'язує усі питання, що пов'язані з організацією та проведенням практики.

Викладач - керівник практики зобов'язаний:

- забезпечити необхідні умови кожному студенту для найефективнішого виконання програми практики;
- організувати діяльність кожного студента відповідно до мети та завдань практики, надаючи практичну допомогу для їх виконання;
- розробити план проходження студентами практики та графік подання ними відповідної документації;
- систематично (не менше, ніж один раз на тиждень) проводити методичні заняття з бригадою студентів-практикантів;
- систематично проводити виховну роботу зі студентами-практикантами;
- контролювати відвідування студентами бази практики, вести облік усіх видів робіт, давати оцінку діяльності студентів-практикантів;
- інформувати керівника практики університету про хід практики на об'єкті;
- брати участь у роботі комісії по підготовці конференції після проходження тренерської практики.

Викладач - керівник практики має право:

- організовувати і координувати індивідуальну діяльність студентів у процесі практики;
- складати графік проведення методичних занять бригади студентів-практикантів;
- на підставі офіційних документів приймати рішення про тимчасове припинення практики в зв'язку з від'їздом студентів на змагання, тренувальні збори тощо;
- не допускати студентів до практики в зв'язку з порушенням вимог її проходження (пропуски проведення занять, невиконання програми практики тощо);
- вносити пропозиції щодо вдосконалення організації практики.

### 1.3.3. Функціональні обов'язки і права представника бази практики (тренера-методиста)

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

Представник бази практики здійснює свою роботу у тісному контакті із викладачем-керівником практики від фахової кафедри університету.

Представник бази практики зобов'язаний:

- ознайомити практикантів зі структурою та змістом діяльності бази практики;
- забезпечити умови для виконання програми практики, а саме:
  - роботу студентів з поточною документацією; проведення методичних занять;
  - проведення навчально-тренувальних занять;
  - проведення спортивних, фізкультурно-оздоровчих та громадських заходів;
- ознайомити практикантів з діяльністю тренерської ради, громадського активу, сприяти встановленню ділових стосунків із контингентом бази практики;
- брати участь у проведенні методичних занять бригади студентів;
- надавати консультації студентам з усіх питань практики;
- брати участь у підготовці характеристик на студентів-практикантів.

## 2. ЗМІСТ РОБОТИ СТУДЕНТА-ПРАКТИКАНТА

№  
з/п

### Розділ і зміст роботи

#### I. Ознайомлення з об'єктом практики

1. Ознайомлення з діяльністю спортивної організації — об'єктом практики
2. Ознайомлення з організацією тренувального процесу, виховної роботи, структурою і змістом підготовки спортсменів
3. Вивчення законодавчої і нормативної документації уряду і Міністерства України справах сім'ї, молоді та спорту України, що визначають напрями спортивної роботи
4. Знайомство з керівним складом спортивної організації, тренерським складом, спортсменами та рівнем їхньої спортивної підготовленості
5. Ознайомлення зі станом матеріально-технічного, методичного та наукового забезпечення навчально-тренувального процесу

#### II. Організація навчально-тренувального процесу

1. Визначення контингенту учнів і навчальних груп для проведення практики (у разі необхідності проведення набору в групи, комплектування навчальних груп і команд)
2. Ознайомлення з розкладом проведення занять. Складання розкладу для закріпленої групи спортсменів
3. Підготовка місць для проведення занять, спортивного інвентарю, приладів, обладнання
4. Визначення і розробка організаційних форм проведення занять та взаємодії з тренерами

#### III. Організаційна робота студента

1. Участь у конференціях закладу освіти з практики (організаційна, підсумкова)
2. Розробка індивідуального плану студента-практиканта з тренерської практики
3. Участь у методичних заняттях бригади
4. Складання звітної документації за підсумками практики

#### IV. Навчально-спортивна робота

1. Визначення мети, завдань навчання, тренувального процесу і виховної роботи зі спортсменами
2. Складання планів тренувального процесу на мезоцикл, макроцикл, конспектів тренувальних занять
3. Проведення тренувальних занять
4. Визначення тренувальних завдань, управління діяльністю, оперативний контроль за фізичним станом, облік навантаження спортсменів у процесі занять, підбиття підсумків тренувального процесу
5. Облік виконаного тренувального обсягу та ефективності навчально-тренувального процесу

#### V. Виховна робота

1. Визначення мети, завдань, форм і методів виховної роботи відповідно до контингенту групи спортсменів
2. Проведення бесід, диспутів, обговорення спортивних статей і книг, зустрічі з видатними спортсменами, ветеранами спорту. Плани диспутів і організація культурного дозвілля

#### VI. Проведення змагань, представництво на змаганнях

1. Складання регламентуючої документації для підготовки і проведення спортивних змагань, підготовки суддівських кадрів, присвоєння спортивних розрядів
2. Участь в організації і проведенні спортивних змагань. Участь у роботі суддівської колегії як представника команди. Подача заявок, перезаявок, подача протесту. Підготовка звіту про проведення змагань чи участі у змаганнях
3. Участь у проведенні спортивних змагань як члена суддівської колегії. Виконання функцій головного судді, керівника суддівської служби, судді, головного секретаря, секретаря

#### VII. Адміністративно-господарська та фінансова діяльність.

1. Вивчення фінансових документів спортивної організації- об'єкта практики
2. Оформлення документації на проведення навчально-тренувальних зборів спортивних змагань, відряджень, інших спортивно-масових заходів
3. Складання фінансових звітів про проведення спортивних заходів та відряджень
4. Участь у придбанні спортивної форми, інвентарю, обладнання, його списання
5. Складання угоди на оренду спортивної бази

#### VIII. Методична і науково-дослідна робота

1. Вивчення методичних документів тренерської практики
2. Вивчення методичних посібників з питань організації, проведення та управління навчально-тренувальним процесом і тренерською діяльністю



3. Проведення індивідуальних та участь у групових дослідженнях за програмою практики
4. Узагальнення та аналіз даних тестування в процесі тренувальних занять, участі у змаганнях спортсменів навчальних груп

#### ІХ. Громадська робота

1. Участь у роботі тренерської ради, педагогічної ради, федерації з виду спорту
2. Читання лекцій на спортивну тематику, виконання завдань з шефської допомоги школам та іншим спортивним організаціям
3. Випуск фотомонтажів, листівок, стендів, інших агітаційних посібників на об'єкті практики
4. Ознайомлення з документацією об'єкта практики із підготовки громадських інструкторів та суддів з видів спорту

### 3. ОЦІНКА ТРЕНЕРСЬКОЇ ПРАКТИКИ

За результатами тренерської практики студенти отримують диференційований залік. Тренерська практика оцінюється чотирибальною шкалою: "відмінно", "добре", "задовільно", "незадовільно". Оцінка виставляється за кожний вид роботи: якість планування (тематичні плани, конспекти тренувальних занять), навчальна та виховна робота в групі спортивного тренування, аналіз тренувальних занять, виконання завдань з психології та педагогіки. На підставі цих оцінок за погодженням з викладачами-керівниками практики виставляється загальна оцінка. Якщо студент не виконав хоча б одного виду завдань тренерської практики, позитивна загальна оцінка не може бути йому виставлена. Якщо студент не виконав певних видів завдань тренерської практики, він отримує нові завдання і з дозволу декана направляється в дитячу юнацьку спортивну школу, де і виконує завдання без відриву від навчання в університеті.

Студент, який не виконав програму практики з поважних причин, має право пройти її в терміни, визначені директором ННІ фізичної культури, спорту і здоров'я.

Студенту, який не виконав програму практики без поважних причин, може надатись право проходження практики повторно при виконанні умов, визначених університетом.

Студент, який повторно отримує негативну оцінку за тренерську практику, відраховується з університету.

Підсумки тренерської практики обговорюються на підсумковій конференції факультету.

Оцінка за тренерську практику вноситься до заліково-екзаменаційної відомості та залікової книжки студента.

Шкала оцінювання тренерської практики:

90-100 балів - відмінно (A)

80-89 балів - добре (B)

70-79 балів - добре (C)

60-69 балів - задовільно (D)

50-59 балів - задовільно (E)

30-49 балів - незадовільно з можливістю повторного складання (FX)

1-29 балів - незадовільно з обов'язковим повторним курсом (F)

Критерії оцінювання роботи студентів в період тренерської практики Оцінювання спортивних планів-конспектів тренувальних занять.

**Оцінка "відмінно".**

Студент, складаючи план-конспект спортивних тренувальних занять:

- 1) записав задачі тренувального заняття, виховного заходу, враховуючи вікові особливості учнів;
- 2) зазначити переважний розвиток тих чи інших фізичних якостей в тренувальному занятті, його об'єм;
- 3) визначив методи проведення тренувальних занять;
- 4) визначив місце, обладнання та засоби навчання тренувального заняття;
- 5) склав план-конспект тренувального заняття (зазначено частини тренування, методи і тривалість проведення);
- 6) визначив зміст уроку, позакласних занять (записано методрозробку із зазначенням індивідуальних завдань окремим учням класу).
- 7) зазначено прогноз педагогічної ситуації, яка буде складатися під час проведення тренування або виховного заходу, передбачено можливі ускладнення та шляхи їх вирішення;
- 8) зазначено наукову, методичну літературу, яка використана під час написання конспекту, тренувального заняття.

**Оцінка "добре".** Студент, складаючи план-конспект спортивного тренувального заняття:

- 1) записав задачі тренувального заняття, виховного заходу, враховуючи вікові особливості учнів;
- 2) зазначив переважний розвиток тих чи інших фізичних якостей в тренувальному занятті, його об'єм;
- 3) зазначив методи проведення тренувальних занять;
- 4) визначив місце, обладнання та засоби навчання;
- 5) склав план-конспект уроку, позакласних занять (зазначено частини тренування, методи і тривалість проведення);
- 6) визначив зміст тренувального заняття (складено методичну розробку кожного етапу з частковим зазначенням індивідуальних завдань окремим учням);
- 7) частково зазначив прогноз педагогічної ситуації, яка буде складатися під час проведення тренування або виховного заходу;
- 8) зазначив наукову та методичну літературу, використану під час написання конспекту.

**Оцінка "задовільно".** Студент, складаючи план-конспект спортивного тренувального заняття:

- 1) записав задачі тренувального заняття, виховного заходу, але не врахував специфіку та вікові особливості учнів;
- 2) зазначив переважний розвиток тих чи інших 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 (методична розробка без зазначення індивідуальних завдань окремим учням);
- 6) не зазначено прогноз педагогічної ситуації, яка буде складатися під час проведення тренувального заняття або виховного заходу;
- 7) зазначив наукову, методичну літературу, використану під час написання конспектів.

**Оцінка "незадовільно".**

Студент, складаючи план-конспект спортивного тренувального заняття:

- 1) записав задачі 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 учнів, 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 або позакласних занять складено менш ніж на половину.

Оцінювання навчальної та виховної роботи з фізичної культури

Оцінка "відмінно" виставляється студенту, якщо спортивне 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 учнів 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 і аналіз тренувального заняття.

Оцінка "добре" виставляється студенту, якщо спортивне тренувальне заняття проведено 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 учнів, якщо студент проявив самостійність в доборі навчального і дидактичного матеріалу, але припустився незначних помилок в побудові і проведенні тренувального заняття.

Оцінка "задовільно" виставляється студенту, якщо в реалізації освітніх, оздоровчих та виховних завдань допущено помилки, недостатньо ефективно застосував методи і прийоми навчання, слабо активізував пізнавальну діяльність учнів, 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.

Оцінка "незадовільно" виставляється студенту, якщо на тренувальному занятті не були виконані освітні, оздоровчі та виховні завдання, допускалися суттєві помилки у викладі навчального матеріалу, не забезпечувалась дисципліна учнів, якщо студент некритично віднісся до своєї роботи.

#### **4. КОНТРОЛЬНІ ПИТАННЯ, ЯКІ ВІНОСЯТЬСЯ НА ЗАХИСТ ТРЕНЕРСЬКОЇ ПРАКТИКИ**

1. Назвати вимоги до спеціаліста з фізичного виховання, тренера з виду спорту.
2. Розкрити діяльність тренера з виду спорту на етапі спеціальної підготовки у тренувальному процесі.
3. Розкрити суть спортивних змагань та змагальної діяльності в обраному виді спорту.
4. Назвати основні документи, необхідні для підготовки і проведення спортивних змагань з виду спорту.
5. Пояснити, з яких розділів складається заявка на участь у змаганнях і порядок її оформлення.-
6. Оформити відповідну документацію для відрядження команди чи окремих 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 студентом-практикантом.
11. Назвати контрольні вправи і тести, що застосовуються при відборі учнів для занять з виду спорту.
12. Скласти форму індивідуального щоденника тренувального процесу спортсмена, пояснити порядок його ведення та аналізу даних.
13. Розкрити схему положення про змагання з виду спорту міського чи районного рівня та зміст його розділів.
14. Розкрити методику планування (побудови) тренувального процесу у макроциклі з обраного виду спорту для спортсменів-розрядників.
15. Розкрити методику планування (побудови) тренувального процесу в мезоциклі з обраного виду спорту для спортсменів-розрядників.
16. Дати характеристику основної документації обліку роботи тренера.
17. Назвати мету, завдання, засоби, методи і принципи тренувального процесу з обраного виду спорту.
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 виду спорту.
28. Скласти перелік контрольних нормативів з ЗФП, СФП, що застосовуються в ДЮСШ для переводу спортсменів у наступну вищу групу.

29. Охарактеризувати навчальну програму з виду спорту для ДЮСШ.
30. Охарактеризувати навчальну програму з виду спорту для ШВСМ.
31. Дати практичні рекомендації до показників навантаження одного тренувального заняття юних спортсменів.
32. Дати характеристику перспективного, поточного і оперативного планування тренувального процесу з обраного виду спорту.
33. Дати характеристику етапного, поточного і оперативного контролю тренувального процесу з обраного виду спорту.
34. Охарактеризувати етап початкової підготовки у побудові тренувального процесу.
35. Охарактеризувати етап попередньої базової підготовки в побудові тренувального процесу.
36. Охарактеризувати етап спеціалізованої базової підготовки в побудові тренувального процесу.
37. Розкрити функціональні обов'язки тренера на спортивних змаганнях з виду спорту.
38. Назвати всі документи планування навчально-тренувального процесу в ДЮСШ.

## **5. ПЕРЕЛІК ДОКУМЕНТІВ СТУДЕНТА ДО ЗАХИСТУ РЕЗУЛЬТАТІВ ТРЕНЕРСЬКОЇ ПРАКТИКИ**

**КАФЕДРИ ННІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ,  
СПОРТУ І ЗДОРОВ'Я  
(ТМФВ, спортивних ігор, спортивних дисциплін)**

1. Індивідуальний план роботи практиканта.
2. Річний план-графік тренувального процесу (макроцикл).
3. План тренувального процесу на період практики (мезоцикл).
4. Журнал обліку роботи навчально-тренувальної групи.
5. 12 розгорнутих планів-конспектів навчально-тренувальних занять секції з виду спорту.
6. Документація залікового навчально-тренувального заняття (розгорнутий плаи-конспект, протокол хронометражу, графік пульсометри та аналіз проведеного заняття).
7. Звіт студента-практиканта про роботу за період практики.
8. Конспект виступу на підсумковій конференції.

### **КАФЕДРА ІСТОРІЇ ПЕДАГОГІКИ**

9. Щоденник студента-практиканта.
10. План виховної роботи в навчально-тренувальній групі.
11. План-сценарій спортивно-масового виховного заходу.

### **КАФЕДРА ЗАГАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

12. Психолого-педагогічний аналіз тренувального заняття



1. Визначити мету, задачі, форми і методи виховної роботи у відповідності з контингентом прикріпленої групи. Проведення диспутів, бесід, обговорень спортивних статей, книг, зустрічі з видатними спортсменами, ветеранами спорту. Підготовка планів бесід і диспутів
2. І таке інше.

#### **V. Проведення спортивних заходів, суддівство змагань**

1. Скласти регламентуючу документацію з підготовки та проведення спортивних змагань, підготовки суддівських кадрів, присвоєння спортивних розрядів.
2. І таке інше.

#### **VI. Адміністративно-господарська і фінансова діяльність**

1. Вивчення фінансової документації спортивної організації-об'єкта практики.
2. Оформлення документації на проведення спортивних змагань.
3. Складання кошторису витрат на проведення змагань.
4. І таке інше.

#### **VII. Методична і науково-методична робота**

1. Вивчення методичних документів з тренерської практики.
2. Вивчення методичних документів з питань організації проведення тренувального процесу.
3. Вивчення методичних документів тренерсько-викладацької діяльності
4. І таке інше

#### **VIII. Суспільно-корисна робота**

1. Участь у роботі тренерської ради.
2. Участь у роботі педагогічної ради
3. Участь у роботі федерації
4. І таке інше





## ПЛАН ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ НА ПЕРИОД ПРАКТИКИ

Розділ учбового матеріалу по годинам на місяць  
та на кожне тренувальне заняття, конкретизуючи по всім напрямкам роботи

№ п.п.	Зміст навчального матеріалу	Місяці та номери занять											
		Вересень				Жовтень				Листопад			
		1	2	3	...	21	22	23	...	36	37	38	...
1.													
2.													
3.													
4.													
5.													
6.													
7.													
8.													
9.													
10.													

Примітка: при складання робочого плану по місяцям на період тренерської практики студент-практикант повинен пам'ятати, чим детальніше написаний робочий план, тим якісніше можна представити заняття в цілому і легше буде написати план-конспект окремого навчально-тренувального заняття.

## ЖУРНАЛ ОБЛІКУ РОБОТИ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОЇ ГРУПИ

Журнал обліку роботи навчально-тренувальної групи є комплексним документом і складається з розділів

а). Розклад занять групи.

Дні тижня	11.00.- 13.00 год.	13.00.- 15.00 год.	15.00.- 17.00 год.	17.00- 19.00. год.	19.00.- 21.00 год.
Понеділок	+				
Вівторок			+		
Середа	+				
Четвер					
П'ятниця				+	
Субота			+		

б). Загальні відомості про дітей, що займаються в даній групі.

№ п.п	Прізвище, ім'я, по батькові	Рік народження	Розряд	Домашня адреса і номер телефона	Прізвище, ім'я, по батькові батька, місце роботи, номери р. тел., моб. тел.	Прізвище, ім'я, по батькові матері, місце роботи, номери р. тел., моб. тел.
1.	Іванов Микола Петрович	8.12 1989 р.	КМС	м. Черкаси, вул. Хрещатик, 24. т. 36-18-12.	Іванов Петро Сергійович, ЗТА, робітник, тел. 45-16-24	Іванова Марія Миколаївна, ЧНУ, викладач, тел. 35-62-24, моб. 0867-24-35-18
2.						
3.						
4.						

в). Облік відвідування дітей, що займаються в даній групі.

№ п.п.	Прізвище, ініціали	Дата					
		24.09.10	25.09.10	26.09.10	28.09.10	29.09.10	30.09.10
1.	ІВНОВ М.П.	.	<b>Н</b>	.	.	<b>Н</b>	.
2.	КОЗЛЕНКО В.Р.	.	.	.	.	.	<b>Н</b>
3.							
4.							
5.							
6.							

Примітка: крапкою позначається присутність спортсмена на занятті, буквою «н» - відсутність.

Можуть бути додаткові позначки («з» - запізнення, «х» - хворіє тощо.)

г). Облік спортивних результатів.

№ п.п.	Прізвище, ім'я, по батькові	Дата змагань, місце	Результат	Дата змагань, місце	Результат	Дата змагань, місце	Результат	Дата	Результат
1.									
2.									
3.									
4.									
5.									
6.									

д). Річний план-графік тренувального процесу (форма 8.2.)

е). План-графік тренувального процесу на період практики (по місяцях) (форма 8.3.)

Методист / \_\_\_\_\_ /  
підпис прізвище, ініціали

Оцінка \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

Склав студент-практикант / \_\_\_\_\_ /  
підпис прізвище, ініціали

## ПЛАН-КОНСПЕКТ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ЗАНЯТТЯ № \_\_\_\_

Вид заняття \_\_\_\_\_  
(вид спорту)

Для \_\_\_\_\_  
(назва групи)

Дата проведення «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

Місце проведення \_\_\_\_\_

Завдання: 1. \_\_\_\_\_  
 2. \_\_\_\_\_  
 3. \_\_\_\_\_  
 4. \_\_\_\_\_

Інвентар та обладнання: \_\_\_\_\_

Частини заняття	Зміст заняття	Дозування	Організаційно-методичні вказівки
Підготовча частина			
Основна частина			
Заключна частина			

Список використаної літератури:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

ДОКУМЕНТАЦІЯ ЗАЛІКОВОГО  
НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ЗАНЯТТЯ

**1. Розгорнутий план-конспект тренувального заняття (форма 5.5).**

**2. Педагогічний аналіз тренувального заняття.**

Для опанування вміння аналізувати проведення тренувального заняття необхідно виконати обсяг роботи у такій послідовності:

1. Проаналізувати конспект тренувального заняття.
2. Проаналізувати діяльність практиканта на тренувального занятті.
3. Зробити висновки та пропозиції.

Методист \_\_\_\_\_

Оцінка \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

Педагогічний аналіз тренувального заняття № \_\_\_\_  
студента-практиканта

тренувальне заняття провів \_\_\_\_\_  
(прізвище, ім'я, по батькові)

Тренувальна група №

Аналізуючий \_\_\_\_\_

Присутніх \_\_\_\_\_

Місце проведення \_\_\_\_\_

Дата проведення « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ р.

Завдання заняття: 1.

2.

3.

I. Схема аналізу конспекту тренувального заняття:

1. Аналіз завдань тренувального заняття:

а) відповідність робочому плану тренера, умовам проведення;

б) правильність формулювання завдань.

2. Відповідність оформлення плану-конспекту тренувального заняття рекомендованій формі.

3. Аналіз графи "Зміст":

а) правильність запису вправ (термінологія);

б) відповідність якості та кількості вправ у підготовчий частині до сформульованих завдань, їх відповідність руховим спроможностям спортсменів,

чи забезпечують ці вправи загальну функціональну готовність до виконання основної частини 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.

4. 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.

5. Аналіз графі "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.

## II. Схема аналізу проведення тренування.

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

Схема аналізу вирішення освітніх завдань:

а) діяльність студента-практиканта стосовно навчання спортсменів виконанню фізичних вправ;

б) відповідність застосованих на уроці вправ до запланованих у конспекті;

в) відповідність методів навчання і вправ, які виконуються на уроці, 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 спроможностям 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;

г) 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 ухвалених рішень;

- г) уміння підтримувати дисципліну на тренуванні;
- г) уміння правильно та своєчасно використовувати методи та засоби педагогічного впливу (заохочення, покарання);
- д) уміння адекватно реагувати на порушення дисципліни;
- є) дотримання педагогічного такту на тренуванні: коректність звертання до спортсменів, повага до особистості, врахування індивідуальних особливостей учнів.

### III. Висновки та пропозиції:

а) до конспекту тренувального заняття:

1. \_\_\_\_\_;
2. \_\_\_\_\_;
3. \_\_\_\_\_.

тощо

б) до проведення тренувального заняття:

1. \_\_\_\_\_;
2. \_\_\_\_\_;
3. \_\_\_\_\_.

тощо

При аналізі діяльності студента-практиканта необхідно також враховувати: зовнішній вигляд (охайність, підтягнутість, жестикуляція), грамотність мови, правильність застосування термінології, вміння подавати команди, командний голос.

### 3. Протокол хронометрування.

Методист \_\_\_\_\_

Оцінка \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

Протокол хронометрування тренувального заняття № \_\_\_\_\_  
студента-практиканта

тренувальне заняття провів \_\_\_\_\_  
(прізвище, ім'я, по батькові)

Тренувальна група № \_\_\_\_\_

Об'єкт спостереження \_\_\_\_\_  
(прізвище, ім'я, по батькові)

Хронометрист \_\_\_\_\_  
(прізвище, ім'я, по батькові)

Присутніх \_\_\_\_\_

Місце проведення \_\_\_\_\_

Дата проведення « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ р.

Завдання заняття: 1. \_\_\_\_\_  
2. \_\_\_\_\_  
3. \_\_\_\_\_



на  
щільні  
сть  
(ЗЩ)  
а  
щільні  
сть  
(МЩ)

Зміст

	Зміст	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.
Заключна частина													
Основна частина					Слухання поясень, спостереження за виконанням	Виконання вправи	Шкування, перешикування, підготовка, прибирання інвентаря, обладнання	Відпочинок, чекання черги	Простої з вини тренера	В часі	В відсотках	В часі	В відсотках
Підготовча частина													

По тренуванні в цілому

## Хронометраж тренувального заняття

Для всебічної оцінки тренування використовують його хронометрування. На кожному уроці виконується багато дій: рухових, обслуговуючих, розумових, пов'язаних із відпочинком.

Усі дії можна розділити на педагогічно виправдані та недоцільні.

До педагогічно виправданих дій належать: виконання фізичних вправ, осмислення того, що сприймається, аналіз виконаних рухів, взаємоконтроль, оцінювання дій, підготовка місць занять, запланований відпочинок, роздавання і збирання додаткового інвентарю, шиккування та перешикування тощо.

Дії, які не сприяють розв'язанню завдань тренування, підвищенню його ефективності, належать до недоцільних (запізнення тренера на заняття та передчасне закінчення тренування, недостатня кількість інвентарю, відсутність тренера з будь-яких причин тощо).

Хронометрування тренування дає змогу визначити його щільність.

Загальна щільність тренування визначається шляхом порівняння часу, витраченого раціонально, з усією тривалістю тренувального заняття.

Сума раціонально витраченого часу-100 %

$$\text{Загальна щільність (ЗЩ)} = \frac{\text{сума раціонально витраченого часу} \cdot 100 \%}{\text{час заняття}} = X \%$$

Крім загальної щільності визначається моторна (рухова) щільність тренування.

$$\text{Моторна щільність (МЩ)} = \frac{\text{сума часу, витраченого на виконання вправ} \cdot 100 \%}{\text{час заняття}} = X \%$$

Порівнюючи та аналізуючи дані загальної і моторної щільності тренування, можна знайти резерви поліпшення якості роботи тренера.

## Графік хронометражу

Компоненти тренування	Части ни тренування (хв)	Підготовча частина (хв)	Основна частина (хв)	Заключна частина (хв)
Слухання пояснень, спостереження виконання.	1,2,3,4,5,6.....	...14,15,16,17,18,19,20,21,22,23...		...56,57,58,59,60...
Виконання вправ.				
Шикування, перешикування, підготовка, прибирання інвентаря, обладнання.				
Чекання черги, відпочинок.				
Простій звини тренера.				

## 5.4. Протокол пульсометрії тренувального заняття

Зразок

Методист \_\_\_\_\_  
 Оцінка \_\_\_\_\_  
 Дата \_\_\_\_\_

Протокол пульсометрії тренувального заняття № \_\_\_\_\_  
 студента-практиканта

тренувальне заняття провів \_\_\_\_\_  
 (прізвище, ім'я, по батькові)

Тренувальна група № \_\_\_\_\_  
 Об'єкт спостереження \_\_\_\_\_  
 (прізвище, ім'я, по батькові)

Пульсометрист \_\_\_\_\_  
 (прізвище, ім'я, по батькові)

Присутніх \_\_\_\_\_  
 Місце проведення \_\_\_\_\_

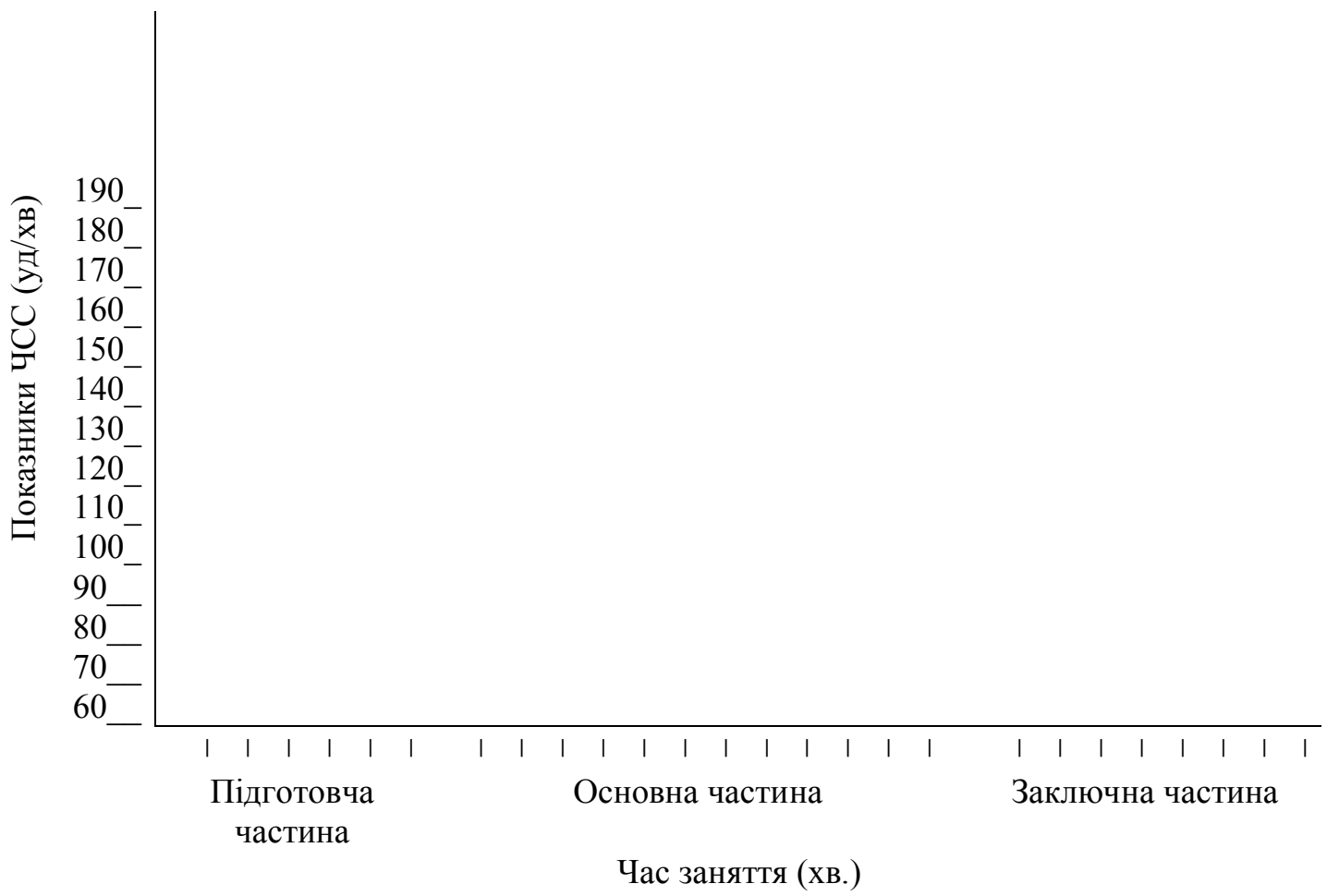
Дата проведення «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

Завдання заняття: 1. \_\_\_\_\_  
 2. \_\_\_\_\_  
 3. \_\_\_\_\_

### Протокол пульсометрії

№ п.п.	Час вимірювання	ЧСС		Зміст діяльності спортсмена, за яким велось спостереження
		За 10 сек.	За 1 хв.	
1.	2.	3.	4.	5.
1.	До заняття	14	86	
2.	3'	19	98	Ходьба
3.	6'	23	138	Біг
4.				
5.				

## Графік пульсометрії



## ЗВІТ ПРО РОБОТУ СТУДЕНТА-ПРАКТИКАНТА

(титульний лист-назва документа)

### ЗВІТ

про роботу виконану в період тренерської практики

У \_\_\_\_\_  
(назва об'єкту практики, ДЮСШ)

Представник базового об'єкту \_\_\_\_\_

(посада, підпис тренера-методиста)

Студента IV. курсу \_\_\_\_ група \_\_\_\_\_

(прізвище, ім'я, по батькові)

Методист профільюючої кафедри \_\_\_\_\_

/ \_\_\_\_\_ // \_\_\_\_\_ /  
(підпис) (ІБП)

(другий лист)

Звіт складається у текстовій формі згідно зі структурою індивідуального плану

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

\_\_\_\_\_  
(підпис студента)

Форма 5.8.

Зразок титульної сторінки

### ЩОДЕННИК

З ТРЕНЕРСЬКОЇ ПРАКТИКИ СТУДЕНТА 4-ГО КУРСУ  
ННІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ, СПОРТУ І ЗДОРОВ'Я

\_\_\_\_\_  
(прізвище, ім'я, по батькові)

Керівники практики від університету \_\_\_\_\_

Керівник бази практики \_\_\_\_\_

Тренер-методист \_\_\_\_\_

## ЗМІСТ

- а) Розклад тренувальних занять;
- б) Список навчально-тренувальної групи.

в)

Дата	Спостереження	Позитивне	Негативне	Пропозиції
------	---------------	-----------	-----------	------------

Форма 5.9.

Зразок титульної сторінки

**ПЛАН ВИХОВНОЇ РОБОТИ  
В НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНІЙ ГРУПІ  
НА ПЕРІОД ТРЕНЕРСЬКОЇ ПРАКТИКИ  
СТУДЕНТА 4-ГО КУРСУ**

---

(прізвище, ім'я, по батькові)

1. Мета та завдання виховної роботи.

2.

дата	Основні виховні заходи	Індивідуальна виховна робота
------	------------------------	------------------------------

План-конспект виховного заходу (конспект бесіди, сценарій або положення про проведення змагань).

ПОЛОЖЕННЯ ПРО ПРОВЕДЕННЯ ЗМАГАНЬ  
найменування спортивно-масового заходу

- I. Мета та завдання.
- II. Організатори змагань.
- III. Дата і місце проведення змагань.
- IV. Учасники змагань.
- V. Програма змагань.
- VI. Визначення переможців.
- VII. Нагородження.
- VIII. Заявки.
- IX. Фінансування.



ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИЙ АНАЛІЗ  
ТРЕНУВАЛЬНОГО ЗАНЯТТЯ  
СТУДЕНТА-ПРАКТИКАНТА 4-ГО КУРСУ

---

(прізвище, ім'я, по батькові)

---

---

ОРІЄНТОВНА СХЕМА ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНОГО  
АНАЛІЗУ ТРЕНУВАЛЬНОГО ЗАНЯТТЯ

*1. Психологічна оцінка структури тренувального заняття у зв'язку з його конкретними цілями і завданнями.*

- а. Тема, мета, завдання тренувального заняття
- б. Структура тренувального заняття та його психологічна доцільність.

*2. Психологічна оцінка змісту тренувального заняття*

а. Психологічна якість навчального матеріалу (описовий або пояснювальний, ступінь його наочності, конкретності, абстрактності й узагальненості).

б. Активізація яких сторін пізнавальної діяльності спортсменів вимагає сприйняття цього матеріалу (образної або словесно-логічної пам'яті, абстрактного мислення, уяви)? Які емоції можуть бути викликані?

в. Відповідність навчального матеріалу віковим особливостям пізнавальної діяльності спортсменів, їхньому життєвому досвіду й рівню знань.

г. Як тренер робить складний матеріал доступним сприйняттю спортсменів визначеного віку зрозумілим і цікавим (ясність і простота викладу, наявність яскравих прикладів, аналогій, порівнянь, використання наочних засобів, зв'язок з життям і т.д.)?

д. Який виховний вплив матеріалу (моральний, естетичний, атеїстичний і т.д.)? Наскільки оптимально тренер реалізує виховні можливості навчального матеріалу?

### *3. Керування пізнавальною діяльністю та її прояви на тренувальному занятті*

#### *1. Організація уваги:*

а) шляхи організації уваги на всіх етапах заняття (звертання до спортсменів із закликом бути уважними, підкреслення значимості діяльності, постановка конкретного завдання, використання принципу наочності, звертання до мимовільної уваги й т.д.);

б) види уваги, котрі мали місце на тренувальному занятті, форма їхнього прояву в окремих спортсменів;

в) способи організації переключення спортсменів з однієї діяльності на іншу;

г) у яких складних видах діяльності, запропонованих тренером потрібний розподіл уваги спортсменів і як вони із цим упоралися?

#### *2. Організація сприйняття:*

а) що є об'єктом сприйняття спортсменів (мова тренера, текст підручника, різні наочні засоби)? Якість матеріалу сприйняття;

б) використання наочних засобів, їхня функція на тренувальному занятті;

в) усвідомлення сприйнятого матеріалу.

#### *3. Активізація пам'яті і її розвиток:*

а) звертання тренера до пам'яті спортсменів, з якою метою воно проводилося на різних етапах тренувального заняття;

б) які види пам'яті мали місце на лекції, або практичному занятті: наочно-образна, словесно-логічна, короткочасна, емоційна, тривала, механічна, логічна?

в) які прийоми для покращення запам'ятання матеріалу використав тренер на тренувальному занятті (постановка мети запам'ятати, логічнообробка матеріалу, встановлення різного роду асоціацій, включення у діяльність, повторення, емоційне навантаження і т. д.)?

г) як у окремих спортсменів на тренувальному занятті проявилися процеси пам'яті (запам'ятання, відтворення, забування)?

*4. Активізація розумової діяльності спортсменів:*

а) як тренер формує наукові поняття у спортсменів? Які при цьому використав наочні засоби?

б) які зв'язки між поняттями установлював тренер та які судження формував?

в) яким шляхом (індуктивним або дедуктивним) він вів спортсменів до засвоєння тих або інших понять і суджень?

г) наскільки тренер викликав потребу у спортсменів у засвоєнні цих понять (розкрив теоретичне значення, довів практичну придатність, пов'язав із життям тощо)?

д) рівні засвоєння понять, виявлені на тренувальному занятті, помилки при визначенні понять.

є) активізація самостійного творчого мислення спортсменів. Чи мала місце проблемна спрямованість побудови тренувального заняття, проблемні ситуації й шляхи їхнього подолання? Рівень проблемності. Ступінь зацікавленості й активності спортсменів у пошуку відповіді.

ж) які конкретні розумові дії повинен самостійно зробити спортсмен для того, щоб знайти розв'язок для поставленої проблеми? (Проаналізувати один приклад.)

з) у якому об'ємі група підготовлена до проблемного навчання (загальний рівень розвитку, наявність необхідних знань й умінь, кількість спортсменів, що активно виявили себе у пошуку відповіді на питання)?

и) чи навчав тренер спортсменів уже готовим прийомам раціонального мислення, чи давав алгоритми та як він застосовував їх?

к) наскільки внутрішньо логічно, послідовно було побудовано тренувальне заняття в цілому?

л) логіка міркувань спортсменів, помилки у міркуваннях.

м). чи активізувалися на тренувальному занятті уявлення пам'яті, репродуктивна та творча уява?

н) як здійснював тренер врахування індивідуальних особливостей спортсменів?

## ЛІТЕРАТУРА

1. Артюшенко О.Ф. Легка атлетика. /Навчальний посібник для студентів факультетів фізичної культури. -Черкаси: Брама-ІСУЕП, 2000р., 316с.
2. Бондарчук А.П. Тренировка легкоатлета. -К.: Здоров'я, 1986, 157с.
3. М.І. Воробйов, Т.Ю. Круцевич. Видавництво НУФВСУ. «Олімпійська література» , 2006
4. Войнов В.М. і співавтори. Спортивні ігри. Черкаси, 1998, 83с.
5. Выставкин Н.И., Синицкий З.П. Специальные упражнения легкоатлета. -М: Физкультура и спорт, 1966, 106с.
6. Жалій А.П., Палига В.Д. Гімнастика. Київ, "Вища школа", 1975, 354с.
7. Коробков А.В. Школа легкой атлетики. Обучение технике видов легкой атлетики. Москва, «Физкультура и спорт», Москва, 1968, 335с.
8. Максименко Г.Н. Управление тренировочным процессом юных бегунов. Киев «Здоров'я», 1978, 142с.
9. Медведев Н.К., Сотников Ю.К., Шустер Н.И. Легкая атлетика. Программа для секций коллективов физкультуры. Москва, «Физкультура и спорт», 1971, 109с.
10. Озолин Н.Г., Воронкин В.И. Легкая атлетика. Москва «Физкультура и спорт», 1979, 596 с.
11. Платонов В.Н., Плавание. Киев. Олимпийская литература. 2000, 494с. 12.Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. К., "Олимпийская литература"- 1997, 583с.
13. Портных Ю.И. Спортивные игры и методика преподавания. Москва. «Физкультура и спорт» 1986, 319с.
14. Симаков В.И. Футбол. Простые комбинации. Москва «физкультура и спорт», 1987, 143с.
15. Смолевский В.М., Гавердовский Ю.К. Спортивная гимнастика. Киев, «Олимпийская литература», 1999, 462с.
16. Укран М.Л. Методика тренировки гимнастов. Москва, «Физкультура и спорт», 1971, 278с.
17. Хоменков Л.С. Книга тренера по легкой атлетике. М.,ФиС 1987, 397с.
18. Келлер В.С.. Платонов В.Н. Теоретико-методические основы подготовки спортсменов. — Львов: Украинская спортивная ассоциация, 1993. — ,70 с.
19. Методические рекомендации по тренерской практике для студентов, специализирующихся по плаванию. — К.: КГИФК, 1993. — 26 с.
20. Платонов В.М.. Булатова М.М. Фізична підготовка спортсмена. — К.: Олімпійська література, 1995. — 320 с.
21. Платонов В.Н. Теория и методика спортивной тренировки. — К.: Высшая школа, 1984. — 352 с.
22. Платонов В.Н. Современная спортивная тренировка. — К.: Здоров'я, 1480. -336 с.
23. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения. — К.: Олимпийская литература, 2004.— 808 с.
24. Положение о проведений тренерской практики студентов — К.: УГУФВС, 1994. — 24 с.
25. Ованесян А.А.. Ованесян И.А. Педагогика спорта. — К.: Здоров'я, 1986.— 204 с.
26. Фитин В.П., Фомин Н.А. Основы юношеского спорта. — М.: ФиС, 1980. — 256 с.