

Примерный план инструкторской и судейской практики

№ п/п	Задачи	Виды практических заданий	Сроки реализации
1.	Освоение методики проведения тренировочных занятий по избранному виду спорта с начинающими спортсменами Выполнение необходимых требований для присвоения звания инструктора	1. Самостоятельное проведение подготовительной части тренировочного занятия. 2. Самостоятельное проведение занятий по физической подготовке. 3. Обучение основным техническим элементам и приемам. 4. Составление комплексов упражнений для развития физических качеств. 5. Подбор упражнений для совершенствования техники. 6. Ведение дневника самоконтроля тренировочных занятий.	Устанавливаются в соответствии с графиком и спецификой этапа спортивной подготовки
2.	Освоение методики проведения спортивно-массовых мероприятий в физкультурно-спортивной организации или образовательном учреждении	1. Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий под руководством тренера.	
3.	Выполнение необходимых требований для присвоения звания судьи по спорту	1. Судейство соревнований в физкультурно-спортивных организациях	

Таблица №24

Этап спортивной подготовки	Вид практики	Содержание	Кол-во часов
УТ 1 г.о.	Инструкторская	Занимающиеся (спортсмены) должны владеть: • терминологией и командным языком для построения, отдачи рапорта, проведения строевых и порядковых упражнений; • основными методами построения тренировочного занятия; • разминкой, основной и заключительной частями	4
	Судейская	Занимающиеся (спортсмены) должны владеть основными положениями правил по самбо. Занимающиеся (спортсмены) должны уметь судить внутришкольные соревнования в качестве секундометриста, бокового судьи и	2

		т.д.	
УТ 2 г.о.	Инструкторская	Исполнять обязанности дежурного по группе (подготовка мест занятий, получение необходимого инвентаря и оборудования и сдача его после окончания занятия). Во время проведения занятий развивать способность спортсменов наблюдению за выполнением упражнений, технических приемов других занимающихся, находить ошибки и уметь их исправлять.	4
	Судейская	Занимающиеся (спортсмены) должны уметь: • судить соревнования в роли бокового судьи, арбитра; • контролировать формы спортсменов перед поединком	2
УТ 3 г.о.	Инструкторская	Занимающиеся (спортсмены) должны уметь: • проводить разминку; • заключительную часть тренировочного занятия.	6
	Судейская	Занимающиеся (спортсмены) должны уметь: • судить соревнования в роли бокового судьи, арбитра; • проводить процедуры взвешивания участников соревнований	8
УТ 4 г.о.	Инструкторская	Занимающиеся (спортсмены) должны уметь самостоятельно вести дневник: учитывать тренировочные и соревновательные нагрузки, регистрировать спортивные результаты, результаты тестирования, анализировать выступления в соревнованиях.	7
	Судейская	Занимающиеся (спортсмены) должны уметь: • судить соревнования в качестве помощника секретаря; • вести протоколы соревнований; • выполнять функции руководителя ковра на соревнованиях среди младших юношей	7